LE GOÛT DU JAPON

N°4 - Été 2005

WASABI

Carnet d'adresses de restaurants et boutiques avec plan de localisation

LE THÉ JAPONAIS

UN ART DE HAUTE CULTURE

BALADE

WEEK-END NIPPON À AMSTERDAM



dossier

SHÔJIN RYÔRI, LA CUISINE QUI ÉLÈVE L'ESPRIT

MICHEL BRAS AU JAPON

UN COIN D'AUBRAC À HOKKAÏDO

L'AUTHENTIQUE RIZ JAPONAIS

SHINJU MAÏ



CALROSE SHORT GRAIN RICE

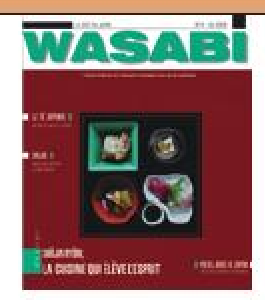
LA GAMME SHINJU MAI SE DÉCLINE AUSSI EN

Riz Japonais de type Japonica produit en Europe

Riz calrosegrain moyen produit aux USA

Riz M401 nouvelle variété de calrose produit au USA

PAR PATRICK **MANASSON**



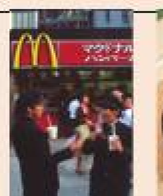
La religion **du goût**

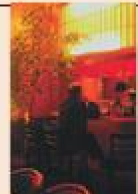
“**D** is-moi ce que tu manges, je te dirai qui tu es ». L’adage bien connu s’applique on ne peut mieux au dossier de ce numéro 4 de Wasabi consacré à la cuisine des moines.
Végétarienne, naturelle, délicate par ses saveurs et sa présentation, la *shôjin ryôri* qui deviendra plus tard le *kaiseki* est, en effet, en parfaite adéquation avec le caractère non-violent, profondément spirituel du bouddhisme zen dont elle est une forme d’expression. C’est à Kyoto, l’ancienne capitale, que nous sommes allés enquêter sur cette gastronomie qui s’adresse autant à l’œil qu’au palais.
Nous avons voulu, dans ce même numéro, vous faire également partager l’univers incroyablement riche et raffiné du thé vert japonais qu’il est important de savoir choisir pour en apprécier les arômes aussi complexes et variés que ceux des grands vins. Lisez notre article et vous pourrez, en toute connaissance de cause, réclamer à votre épicier japonais préféré un *hojicha* ou un *sencha* pour accompagner vos sushis…
Rendez-vous pour cela dans le quartier de l’Opéra qui concentre, sur quelques centaines de mètres carrés, tout ce que Paris compte d’authentiquement japonais. Dominique Lesbros, auteur du « Monde à Paris » (Parigramme) retrace, pour les lecteurs de *Wasabi*, la saga de ce *Little Tokyo* parisien.
Enfin, si vous avez la bougeotte, nous vous proposons un original « week-end nippon » à Amsterdam où se niche le seul restaurant japonais traditionnel d’Europe ayant obtenu une étoile au Michelin. A moins que vous ne préfériez aller goûter la cuisine du grand Michel Bras… au Japon ! Un must...
Et n’oubliez pas que les anciens numéros de *Wasabi* sont téléchargeables sur notre site : www.wasabi.fr.

- PHOTO DE COUVERTURE : **Patrick Manasson**
- RÉDACTION : Carine **Baudry**, Catherine **Belkhodja**, Dominique **Lesbros**, Patrick **Manasson**, Raphaëlle **Marcadal**, Carole **Negiar**, Elisabeth **Takeuchi**.
- CONCEPTION VISUELLE : Cyrille **Morillon**
- PUBLICITÉ : **01 42 08 50 47**
- IMPRESSION : **Québécor**

WASABI EST UNE PUBLICATION DE L’ASSOCIATION COMME DES VOYAGES,
40 RUE DE MOUZAIA, 75019 PARIS.
wasabi@commedesvoyages.com
SITE INTERNET : **www.wasabi.fr**

SOMMAIRE



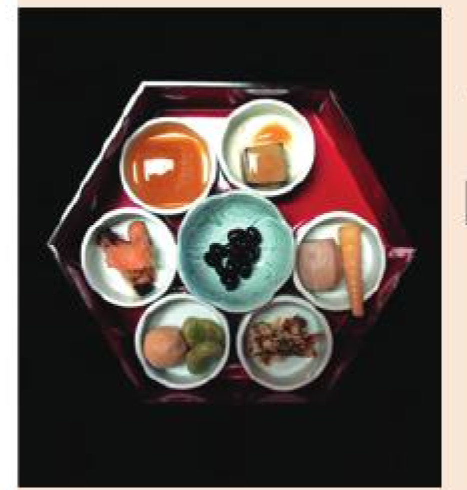




P.4-9 WASACTU nouveaux lieux, nouvelles tendances…

P.10 WASAPARIS
Opéra Nippon
Histoire du *Little Tokyo* parisien



P.14-18 WASADOSSIER



Shôjin ryôri
La cuisine qui illumine l’esprit

LIÉE AU BOUDDHISME, CETTE GASTRONOMIE INVENTÉE PAR LES MOINES AU 8e SIÈCLE EST AUSSI ÉTONNANTE PAR SES SAVEURS QU’ EXCELLENTE POUR LA SANTÉ.

P.19 WASAMIXTE
Michel bras
Un grand chef français dans le grand nord nippon





P.22 WASATRADITION
Le thé japonais
Un art de haute culture
Gros plan sur une boisson énergisante aussi complexe et passionnante que le vin.

P.26 CARNET D’ADRESSES

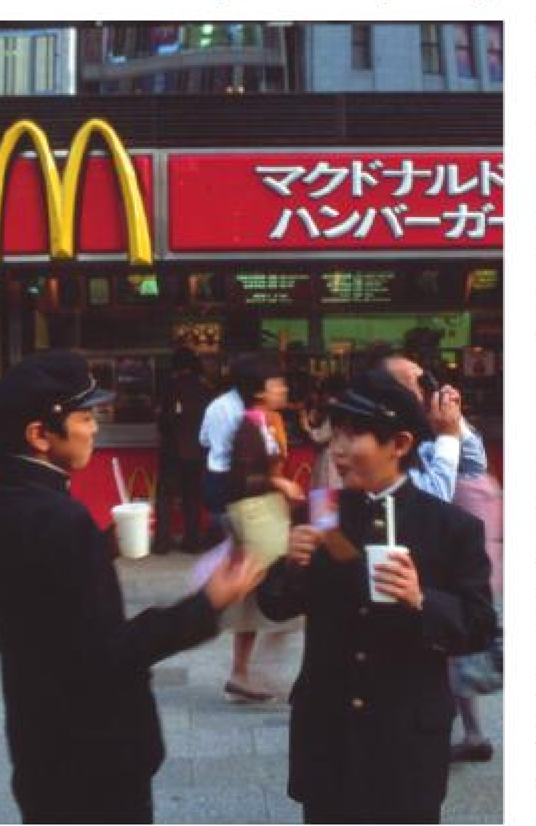
P.32 AMSTERDAM NIPPON

FAST-FOOD

MOS DINER CONTRE MAC MORNING

D'après le Nikkei Business du 28 mars dernier, dans le marché du fast-food au Japon, la stratégie d'ouverture massive de points de vente en cours jusqu'ici ne fonctionne plus et les enseignes se voient contraintes, pour rentabiliser les espaces, de développer une offre sur des créneaux horaires jusque-là négligés. L'objectif prioritaire des deux chaînes est donc d'attirer les clients en dehors des heures de déjeuner. Tandis que Mc Donald's se concentre sur les horaires matinaux, avançant l'heure d'ouverture à 6h 30 contre 7h auparavant, Mos Burger tente d'attirer une clientèle pour le dîner. Pour cela, explique la chaîne, il fallait casser l'image traditionnelle des fast-food généralement associés à l'idée du déjeuner ou du casse-croûte. Selon le Nikkei, le déclic est intervenu il y a trois ans, lorsque Mos Burger a remarqué que beaucoup de femmes avaient du mal à trouver un restaurant où manger seules le soir. La recherche s'est donc orientée sur la composition de repas plus adaptés à cette clientèle. Aux sandwiches et hamburgers se sont ajoutés soupes et salades : de quoi faire un véritable repas. Mos Burger a même installé dans ses vitrines de faux plats comme dans les restaurants traditionnels pour un impact plus fort. ■

Les MacDo japonais parient sur le petit-dej.





VOTEZ POUR LE MEILLEUR RESTAURANT JAPONAIS !

Depuis le 15 avril dernier, notre site www.wasabi.fr vous propose de noter les restaurants japonais à Paris et dans les principales villes de France.
Décor, service et bien sûr qualité de la cuisine sont les trois critères que nous avons retenus. Vous pouvez les noter de 0 à 10 et faire vos commentaires sur vos restaurants préférés. Bien entendu, vous pouvez aussi lire les commentaires des autres avant de vous aventurer dans tel ou tel établissement.
Vous pouvez également ajouter un restaurant qui ne figurerait pas encore sur notre liste (qui en compte tout de même déjà près de 400 !) et ainsi faire partager vos coups de cœur aux autres lecteurs.

DANS CHAQUE NUMÉRO DE WASABI NOUS DONNERONS LE « TIERCÉ » GAGNANT. ALORS NE PERDEZ PAS UN INSTANT : À VOS BAGUETTES ET À VOS CLAVIERS… ■



LA GUERRE DU THÉ VERT

Début mars, la filiale japonaise de Coca-Cola a lancé la marque Hajime, une nouvelle boisson au thé vert avec laquelle elle espère regagner des parts de marché. Les 970 000 distributeurs possédés par Coca-Cola Japan ont été alimentés en une seule nuit. Mais les autres fabricants ont vite réagi : une semaine après le lancement de Hajime, le groupe Kirin a lancé une nouvelle version de son Namatcha, investissant 216 millions d'euros pour son lancement. Les sociétés Suntory et Ito-en ont, elles aussi, lancé de nouveaux produits à base de thé vert avec des budgets de promotion en progression de 20% ! Selon le magazine Diamond, la part du thé vert dans les boissons ne cesse de croître représentant aujourd'hui 13% du total contre 3% en 1995 et générant un chiffre d'affaires de 3,6 milliards d'euros. Mieux, ce type de boisson enregistre une progression annuelle de 30% alors que celle des autres boissons sans alcool ne dépasse pas les 5%.

PARTS DE MARCHÉ DES BOISSONS AU THÉ VERT

Ito-en	26,9%
Suntory	18,3%
Kirin Beverages	14,5%
Coca-Cola	14,3%
Asahi Beverages/Sapporo Beverages	2,9%

◎ RECETTE

POULET ET CHAMPIGNONS SHITAKÉS SAUTÉS

Ingrédients (pour 4 personnes)

- 500g de blanc de poulet
- Poivre noir moulu
- 600 g de champignons shitakés
- 12 cuillérées à soupe de marinade Teriyaki Kikkoman
- 5 oignons nouveaux
- 2 poivrons jaunes
- 150g de nouilles vermicelles chinoises
- 2 cuillérées à soupe d'huile
- Coriandre

D'autres recettes sur www.kikkoman-europe.com



Préparation

Nettoyer et sécher les blancs de poulet. Les découper en cubes et les assaisonner avec le poivre. Nettoyer et couper les champignons en 4. Placer le poulet et les champignons dans des plats séparés, les couvrir de marinade Teriyaki Kikkoman. Laisser mariner environ 10 minutes. Laver les oignons et les couper en rondelles. Epépiner les poivrons et les couper en dés. Préparer les nouilles. Faire revenir le poulet avec de l'huile dans un wok ou une poêle. Ajouter les champignons et laisser cuire encore 5 minutes. Ajouter les nouilles cuites et les oignons et continuer à faire cuire. Décorer de quelques feuilles de coriandre et servir. ■



Yuzu et chocolat : le mariage réussi de la haute pâtisserie française et d'un agrume japonais.



PAR LAURE **BRETTON** (REUTERS)

Le triompe de Pierre Hermé au Japon

INCONNU AU JAPON IL Y A ENCORE DEUX ANS, PIERRE HERMÉ OUVRE SA TROISIÈME BOUTIQUE À TOKYO. CE QUI LUI VAUT D'AVOIR ÉTÉ INVITÉ À ACCOMPAGNER JACQUES CHIRAC SUR L'ARCHIPEL

Au Japon, l'arrondi de ses joues, cerclées d'un petit bouc, est presque aussi célèbre que ses gâteaux. Pierre Hermé, reconnu aujourd'hui comme l'un des meilleurs pâtissiers au monde, en est à plus de quarante voyages dans l'archipel, presque autant que Jacques Chirac qu'il accompagnait, en mars dernier, lors de sa visite officielle.
Assis à la table des P-DG de Total, Thales ou Gemplus dans un grand hôtel d'Osaka, Pierre Hermé se demande encore ce qui lui vaut tant d'honneurs, lui qui n'avait jamais encore rencontré le chef de l'Etat.
Peut-être est-ce sa détermination à s'implanter au Japon, où il vient d'ouvrir une troisième boutique, à l'heure où le chef de l'Etat souhaite inciter les groupes français à tisser des liens plus étroits avec les entreprises nipponnes.
« C'est vrai que cela demande beaucoup d'énergie. Il faut entrer dans leur culture », reconnaît Pierre Hermé, dont le premier séjour au Japon remonte à 1987. Le créateur de la "Haute pâtisserie" explique cependant avoir beaucoup bénéficié du travail de fond entamé par les Fauchon, Hédiard et autresDalloyau qui ont commencé, dans les années 60, à "éduquer" le goût des Japonais. Jusqu'alors, ceux-ci réservaient le sucré à l'heure du thé ou aux cérémonies de mariage, s'offrant des boîtes de gâteaux à base de haricots rouges.

◎ HAUTE-COUTURE PÂTISSIÈRE

D'où, chez Hermé, des créations hybrides comme le macaron aux marrons et au thé vert matcha, l'une des boissons nationales, ou encore l'irruption du yuzu, un agrume nippon rappelant le citron vert, la mandarine et le cédrat, dans la dernière collection. En revanche, les clients japonais devront se passer de tartelettes aux fraises des bois, trop difficiles à dénicher dans l'archipel. Le créateur a également renoncé à mettre dans ses vitrines des douceurs aux couleurs de sakura, les fleurs de cerisier, emblème culturel et poétique du pays. "En infusion, ça allait mais je n'arrivais pas à le retranscrire dans un gâteau", avoue Pierre Hermé qui conseille de les manger à la Japonaise : à l'aigre-douce.
Mais ce qui fait le succès de "Pierre Hermé Paris" au Japon, c'est le renouvellement perpétuel de la carte, qui change au gré des saisons comme celles de la Haute couture, "printemps/été", "automne/hiver".
"Les Japonais adorent à la fois les grandes marques et ce qui est nouveau". C'est ce qui explique le positionnement des pâtisseries comme boutiques de luxe, toutes situées à quelques encablures des Chanel et autres Gucci... ■

Vive le bento écolo!

ALORS QUE LE MARCHÉ JAPONAIS DES SERVICES ALIMENTAIRES FAIT FACE À UNE PHASE DE SATURATION, LA VENTE À EMPORTER ET L'ALIMENTATION NATURELLE ONT LE VENT EN POUPE

D'APRÈS UN ARTICLE DE CAROLINE **ARTUS***

Les produits de prêt à emporter représentaient 15 à 20% des ventes des *convenience stores* (supérettes) japonais il y a quinze ans contre 30% aujourd'hui. Le poucetage des repas préparés hors du domicile est passé de 33,3% en 1980 à 45,3% en 2000.
La montée en puissance de ce secteur qui affichait, en 2001, un chiffre d'affaires de 5,78 milliards de yens (en hausse de 2,1%), est confortée par l'évolution des habitudes sociologiques japonaises. Les jeunes recherchent des moyens pratiques et simples de manger tandis que les populations plus âgées veulent des plats tout prêts pour agrémenter les repas quotidiens.
La chaîne Seven-Eleven Japon parie sur le développement des plats cuisinés. Constatant une ouverture du public à une occidentalisation des repas, le groupe envisage des collaborations avec des entreprises étrangères.
Selon une enquête, les femmes de la région de Tokyo mettent en avant l'importance du goût et des ingrédients ainsi que le côté « sain, bon pour la santé et naturel ».
Origin Toshu, une chaîne de boutiques de bento (plateau-repas à emporter), doit son succès à la préparation des plats directement sur place ce qui évite l'usage de conservateurs.
La chaîne Freshness Burger, par exemple, a su conquérir les Japonais grâce à un concept de design particulier allié à la fraîcheur de ses produits et un service plus complet. Le fondateur de cette chaîne est parti du constat que les consommateurs se lassaient des nourritures grasses et sucrées des fast-food, produites en masse dans un environnement impersonnel et plastifié. Il a décidé d'offrir des burgers frais, servis à table, dans un environnement chaleureux invitant à la détente plutôt qu'à l'empressement. ■



Il existe au Japon des milliers de variétés de bentos.

LANCEMENT

◎ La Lunch-box de Matsuri



L'un des six menus proposés par Matsuri.

En France aussi les habitudes évoluent et la restauration à domicile, autrefois limitée aux pizzas, s'est étendue à tous les types de cuisine. La chaîne de restaurants Matsuri vient ainsi de lancer la « Lunch Box » destinée d'abord aux entreprises qui souhaitent offrir un repas japonais à leurs clients ou à leur personnel. Fabriqués dans un laboratoire agréé CE, les coffrets (6 menus différents incluant une boisson, une entrée ou un dessert) sont livrés dans des véhicules réfrigérés pour une fraîcheur maximum. Il vaut mieux commander la veille mais Matsuri accepte aussi les commandes à la dernière minute. Pour commander à Paris : **01 40 26 11 13. P. M.**

*(Le Japon à la page, JETRO Paris, 1er trimestre 2005)



Le chef officie discrètment derrière le bar en discutant avec les habitués.

NAOKI

Kaiseki à Oberkampf

AUTREFOIS INSTALLÉ À LA MADELEINE, NAOKI ROUVRE SES PORTES DANS UN QUARTIER OÙ N'EXISTAIT JUSQUE-LÀ AUCUN « VRAI » JAPONAIS : LE TRÈS BRANCHÉ OBERKAMPF

PAR CATHERINE **BELKHODJA**

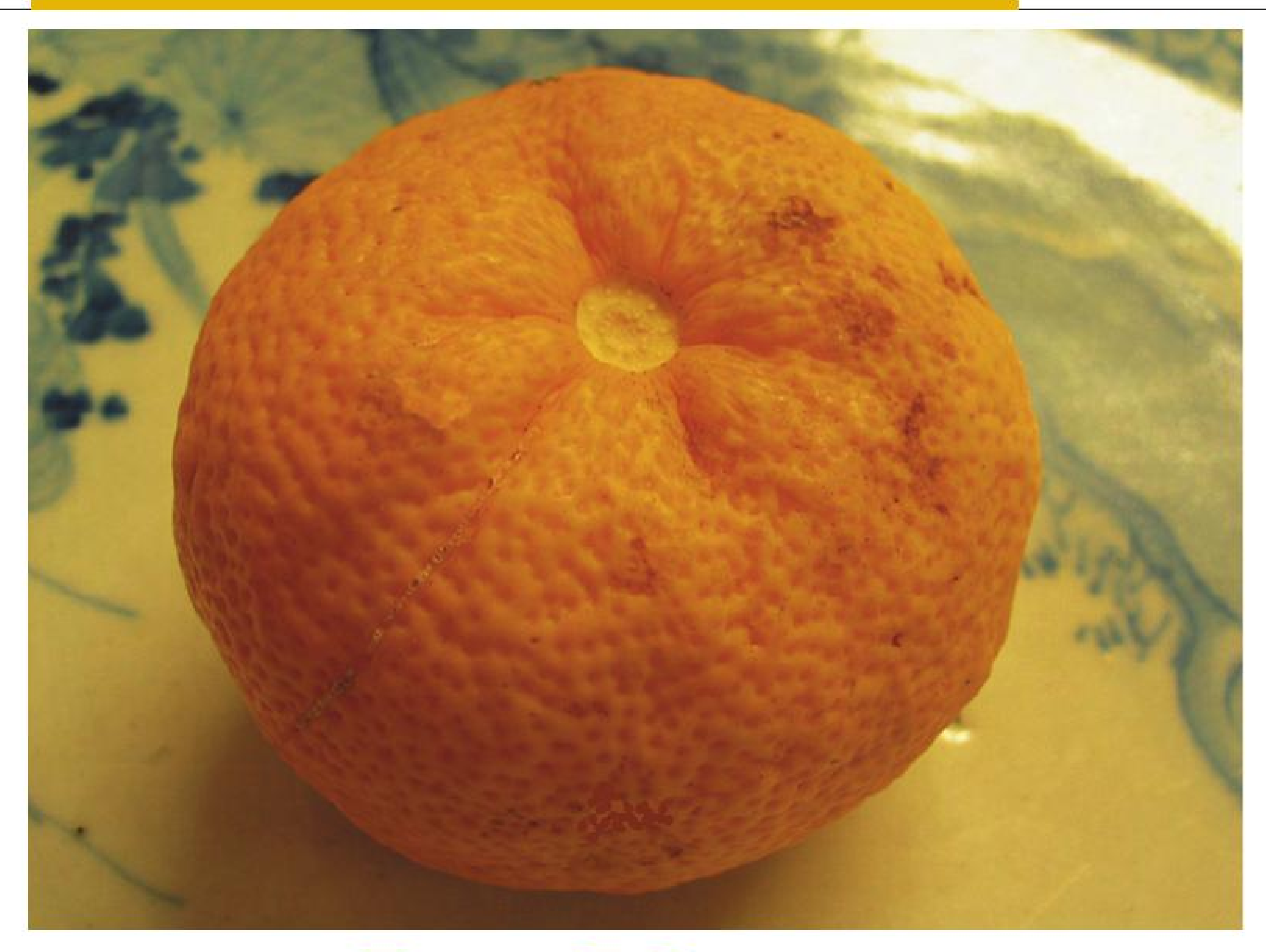
Bien sûr, on pourrait se contenter ici des formules habituelles autour des brochettes (8 euros) des tempuras (23 euros) des sushis ou des sashimis (29 euros). L'anguille grillée à la sauce sucrée maison ravira les connaisseurs de même que le *yakizakana* (poisson grillé au charbon de bois).

Mais la vraie découverte, c'est le menu gastronomique kaiseki à 62 euros, si copieux qu'on peut aisément le commander pour deux. Il démarre avec les *zensaï* (5 sortes de mise en bouche à la saveur délicate : asperges, omelette sucrée, petits rouleaux d'algues au sésame, pâté à la sardine et bœuf au sésame), se poursuit avec un *taï no konbujime* (délicieuse daurade parfumée aux algues) avant de vous proposer une pause liquide pour reposer le palais avec un *dobinomushi*. Il s'agit d'une exquise soupe aux champignons, véritable invitation au voyage avec ses morceaux de daurade, ses crevettes et ses noix de ginko.

Le *yamakake*, succulent thon frais au coulis d'igname fondant précède encore une pure merveille, le *uninominamushi* : petit pâté de sojà très raffiné aux oursins, accompagné de légumes frais en julienne. Vous ferez ensuite griller vous-même votre bœuf sur du charbon de bois et contrôlerez sa cuisson à votre goût. Un *sunomino moriawase* - assortiment de légumes vinaigrés japonais bien croquants- vous rafraîchira la bouche afin d'apprécier pleinement l'arôme subtil du poisson blanc grillé au miso (*teriyaki*).

Un classique dessert aux haricots rouges clôturera ce menu à la fois généreux et délicat. Gageons que cette adresse, encore confidentielle, ne le restera pas longtemps... ■

Naoki, 5, rue Guillaume Bertrand, Paris 75011. Métro Saint-Maur. Tél. : 01 43 57 68 68. F. le lundi



De l'écorce à la pulpe, tout est utilisable dans le yuzu.

Le Yuzu
L'agrume qui ensorcelle

IMPORTÉ DE CHINE, LE YUZU, QU'ON APPELLE AUSSI CITRON NIPPON, S'EST TELLEMENT BIEN IMPLANTÉ AU JAPON QU'IL EST MIS À TOUTES LES SAUCES, NOTAMMENT LE FAMEUX PONZU QUI ACCOMPAGNE SI BIEN LES NABÉS



PAR ELISABETH **TAKEUCHI**

Le yuzu est, avec la mandarine (mikan) un fruit d'hiver, de la famille des citrus. Moins gros qu'un pamplemousse, il est d'un rond rebondi, avec une écorce un peu boursouflée, vert feuille d'abord, puis jaune orangé. Une fois ouvert, il déçoit de son peu de pulpe mais donne surtout de gros pépins amers. Son jus en revanche est fort en vitamine C et décline des flaveurs de cédrat ou de pamplemousse-mandarine.

Or, pour les Japonais, le citrus junos, à l'instar des autres produits de la nature, est à la fois un aliment et une pharmacopée : si le jus et le zeste sont utilisés dans les sauces ou les gâteaux, l'écorce et les pépins sont exploités comme de véritables médicaments naturels, soignant les douleurs d'épaule, prévenant l'apparition des rides, soulageant les aigreurs d'estomac… on pourra tout particulièrement en apprécier les effets en spa, où il est le parfum vedette des sels de bain.

En cuisine, il se marie avec la sauce de soja pour donner le ponzu qui peut tout accompagner : de la fondue (nabe-mono) au sashimi, en passant par la soupe miso ou encore les udon… C'est une saveur de fête comme de toutes les occasions. On en trouve dans tous les plats sucrés ou salés. Du coup, on ne sait plus parfois

RECETTE

SAUCE PONZU, DANSEUSE ÉTOILE

Cette sauce accompagne les tartares, les poissons crus et les fondues japonaises. Pons veut dire agrume en hollandais et zu vient de su, le vinaigre. Voici la recette de base de ponzu, que l'on pourra facilement varier :

INGREDIENTS:

- 2,5 décilitres de sauce de soja
- 2,5 décilitres de jus de yuzu
- 5 cm² de kombu séché
- Une poignée de copeaux de bonite

Laissez macérer tous les ingrédients ensemble pendant deux ou trois jours au réfrigérateur ; filtrez. A défaut de yuzu, prenez du pamplemousse rosé, de l'orange et /ou du citron vert. Si les agrumes ne sont pas assez sucrés, rectifier en ajoutant un peu de mirin (saké sucré de cuisine).
On ajoute quelquefois du dashi, (l'eau dans laquelle a macéré du kombu), pour allonger la sauce ; pour la relever encore, ajoutez ciboulette hachée, radis blanc râpé, piment,... au bon vouloir de vos papilles.

Tiré du livre « le yuzu , dix façons de le préparer », Elisabeth et Hisayuki Takeuchi, les Editions de l'Epure, 2004.

où la situer dans notre mémoire olfactive. Puissante et euphorisante, la saveur du yuzu a su conquérir les grandes tables et, avec la mondialisation, elle rencontre un intérêt de plus en plus marqué auprès des consommateurs. Parions que dans les années à venir, l'ensorcelant agrume parviendra à se faire une place de plus en plus importante sur nos marchés.

Ou trouver le Yuzu ?

Entier, il est rare et cher, on pourra en trouver chez Kioko, rue des Petits Champs, à Paris, ou chez Kaiseki en saison.
Les bouteilles de jus ou de sauce ponzu sont plus répandues, dans les épiceries asiatiques.

Conserver le Yuzu

Tous les morceaux seront gardés au congélateur. On pourra utiliser le zeste dans des gâteaux ou parfumer son bain à tout moment de l'année.

Tokyo sur Seine

Opéra nippon

ILS SONT ARRIVÉS DANS LES ANNÉES 60 ET ONT PEU À PEU OCCUPÉ TOUT LE QUARTIER. ENTRE OPÉRA ET LE PALAIS ROYAL DES DIZAINES DE RESTAURANTS JAPONAIS, D'ÉPICERIES ET DE LIBRAIRIES NIPPONNES FONT LA JOIE DES « EXPATS » ET DES AMATEURS DE SUSHIS





PAR DOMINIQUE
LESBROS

u'ils soient touristes ou expatriés provisoires, les Japonais de Paris ont tous sur leur petit plan de Paris une grosse pastille fluo collée sur le quartier de l'Opéra. C'est leur fief, leur radeau de survie. Ils sont certains de trouver là de quoi satisfaire leurs envies, voire de combler leurs manques. Envie de brioches fourrées d'azuki, envie du dernier manga tokyoïte, envie d'une coupe de cheveux par un coiffeur qui maîtrise la pilosité asiatique… Envie tout simplement de se balader dans une rue où les enseignes sont en kanji et les sourires en VO…

Le *Little Tokyo* parisien est délimité par les stations de métro Palais-Royal, Bourse et Opéra (1er et 2e arrondissements). L'axe central en est la rue Sainte-Anne. La japonisation de ce quartier est assez récente, trois décennies à peine. Ce n'est que dans les années 60 que les Japonais ont commencé à voyager, notamment après les Jeux Olympiques de Tokyo, en 1964. L'obtention d'un passeport était alors devenue plus facile et les compagnies aériennes ne demandaient qu'à remplir dans le sens inverse les avions qui amenaient les visiteurs ! À Paris, Takara fut le premier restaurant à s'implanter dans le quartier en 1962 (voir encadré), suivi par une trentaine de cantines plus ou moins cheap. Puis ce fut le tour des grosses sociétés japonaises qui décidèrent de rejoindre ici le gros des troupes nippones. *Little Tokyo* draine aussi bien des expatriés (20 000 au total) que des touristes en goguette. Sa situation, à la croisée de trois sites incontournables (le Louvre, l'Opéra et les Galeries Lafayette), en fait une étape obligée.

Mais une telle concentration de commerces japonais n'est-elle pas nuisible aux affaires ? « Non ! répondent à l'unisson les intéressés. C'est bien d'être tous ensemble au même endroit. D'abord, on se réchauffe, entre compatriotes. Ensuite, quand il manque une bricole en cuisine, on fait un saut chez Kioko ou Juji-Ya, l'une des deux épiceries voisines. » « La concurrence n'est pas un mal ; c'est une nécessité, un moteur qui stimule et motive » surenchérit le patron de Juji-Ya. La cohabitation est excellente car aucun ne fait la même chose. Certains sont spécialisés dans les sushis, d'autres dans les udons, les ramens ou le kaiseki (menu traditionnel raffiné). Les clients, eux, sont ravis d'avoir autant de choix dans l'enseigne. À l'heure du déjeuner, manger nippon devient un must : c'est sain, rapide, léger et bien moins cher qu'une brasserie lambda. La côte des bars à ramens est notamment en train de monter en flèche : tous les Parisiens veulent faire *tzuru-tzuru* en lapant leur soupe ! S'ils croisent finalement peu de Japonais dans ces sympathiques troquets, c'est que ces derniers les ont généralement précédés d'une demi-heure – dans l'archipel, les gens chic dînent tôt…

◎ NOURRITURES TERRESTRES OU SPIRITUELLES

Le quartier ne cesse d'évoluer. Dans les années 80 et 90, les bars privés louches ont laissé place à des restaurants japonais grâce aux compatriotes qui se prévenaient de bouche à oreille de la vacance d'un bail. L'épicerie Kioko, jadis implantée rue Saint-Jacques (5e), est venue se greffer en 1989, elle-même rejointe en 1995 par le traiteur Juji-Ya, venu de banlieue. Les librairies Junkado et Book-Off (ex-Bunkado) se chargent des nourritures spirituelles, ou du moins de tenir informés les exilés de l'actualité du pays.

Ce petit royaume semble parfait quoique… Allez, en cherchant bien, ne voyez-vous rien qui manque ?

- Si ! une boutique de vaisselle et de déco.



Deux ramenya côte à côte rue Sainte-Anne.



Takumi Ashibé, le doyen des restaurateurs nippons.

PORTRAIT D'UN PIONNIER

Wasabi : Vous êtes le premier Japonais à avoir ouvert un restaurant à Paris. Racontez-nous votre histoire…

Takumi Ashibé : Mon restaurant fut le premier japonais de Paris mais aussi d'Europe ! Vous savez, à l'époque, il n'y avait guère de Japonais en France, à peine 400, essentiellement des étudiants. Moi, je suis arrivé en 1954, en bateau car l'avion était hors de prix. Le voyage de Yokohama jusqu'à Marseille a duré un mois. J'ai d'abord travaillé dans l'hôtel d'un compatriote puis, quand celui-ci est décédé, j'ai ouvert mon restaurant, Takaraya, 34 places à peine, à côté du Panthéon.

Quel accueil les Parisiens ont-ils réservé à votre cuisine ?

▮ Au début, ils étaient méfiants envers cette cuisine du bout du monde. Du poisson cru ? Beurk ! Ils n'osaient pas y toucher. Alors ma femme a dit aux clients : « Essayez ! Si vous n'aimez pas, vous payez pas ! » Aujourd'hui, ils veulent goûter à tout !

Pourquoi avoir déménagé dans le quartier de l'Opéra ?

▮ Parce que je me suis aperçu que les businessmen envoyés par les grandes sociétés de l'archipel descendaient tous dans les hôtels des environs du Louvre et de l'Opéra, comme le Normandy. Ils auraient bien préféré descendre dans les palaces du Triangle d'Or, vers les Champs-Élysées, mais la note aurait fait explosé le budget de leur firme. Alors je me suis installé là en 62, sûr de les récupérer comme clients.

Et vous avez fait des émules…

▮ Les autres restaurants sont arrivés petit à petit. Il y a d'abord eu le Nippon qui s'est installé rue Sainte-Anne. Puis une ribambelle d'autres ont suivi. Il y avait dans cette rue de nombreux bars homosexuels glauques qui rendaient le quartier mal famé et faisaient dégringoler les loyers. La banque de Tokyo est venue après, tout comme l'office de tourisme du Japon et les agences de voyage (Jalpak). Grâce aux nombreux étudiants, artistes ou chercheurs qui transitent par Paris, je trouve notre quartier japonais plus animé que ceux de Londres ou de Bruxelles, où les expatriés sont surtout des hommes d'affaires ou des diplomates. Mais on est loin de ressembler au fabuleux Little Tokyo de Los Angeles !

Takara, 14 rue Molière, 75001 Paris Tél. 01 42 96 08 38.

- Et aussi un endroit où l'on vendrait plein de manga, de gadgets kawaï, de vidéos, de figurines…
- Il faudrait aussi une épicerie plus grande, avec un vrai rayon légumes, viande et poisson.
- Et surtout, surtout, un *combini*, une de ces supérettes ouvertes 24h/24, 7j/7, ultra pratiques, où l'on trouve de tout. Les Japonais sont très déçus de ne pas en trouver ici, surtout le dimanche quand tout est mort. Juji-Ya est ce qui s'en rapproche le plus avec ses services polyvalents (location de vidéos, rayon librairie, plats à emporter, conserves, surgelés…) mais, comme son nom l'indique, la Ya (boutique) n'est ouverte que Juji (« de 10h à 22h »).

UN LABEL POUR LES "VRAIS" JAPONAIS ?

Depuis une dizaine d'années, le quartier change peu à peu de visage. Contrairement au Chinatown du 13e arrondissement, en plein essor, le quartier japonais tend à régresser. Bien que leurs commerces soient prospères, nombre de Japonais opèrent en ce moment un retour au pays. Et cette désertification se ressent indiscutablement dans l'atmosphère du quartier. Pourtant, me direz-vous, il y autant de restaurants japonais qu'avant ! Oui, et c'est là tout le problème… La plupart sont passés aux mains de Chinois qui, voyant que la cuisine nippone était à la mode, se sont engouffrés dans le créneau. En gardant la façade japonaise et en glissant derrière les fourneaux un chef qui n'a rien de japonais, ils font de la contrefaçon un vrai business. On estime aujourd'hui que, sur les 300 restaurants japonais de Paris, seuls 90 sont vraiment authentiques, c'est-à-dire tenus par de vrais chefs japonais.

Les Chinois ont appris la cuisine japo-





Le début de la rue Sainte-Anne, presque entièrement japonaise.

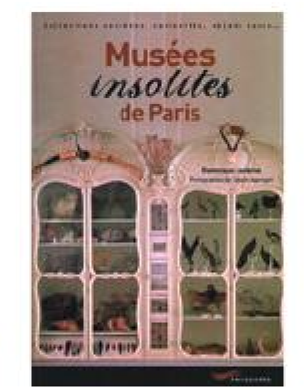
naise dans les années 80, à l'époque où il était difficile d'embaucher du personnel japonais, à cause du permis de travail. Les gérants ont recruté leurs commis et leurs serveurs parmi divers membres de la communauté asiatique réfugiés en France. En regardant faire le chef, ils ont appris à faire les plats les plus simples comme les sushi et les yakitori, puis ils ont ouvert leur propre établissement. Pour plaire au consommateur qui exige un prix toujours plus bas, les Chinois se sont débrouillés pour faire de l'imitation de cuisine japonaise avec un prix de revient plancher. Impossible pour les « authentiques » de s'aligner : la vraie cuisine japonaise est chère car il faut faire venir de l'archipel les ustensiles, les ingrédients et le chef, dont le salaire est indexé sur l'indice Nikkei.
Comment donc reconnaître un vrai restaurant japonais d'une contrefaçon ? Deux moyens infaillibles : regarder le prix des menus (moins de 10 € = un faux) et la composition de la carte (les Japonais ne mélangent généralement pas sur leur carte les brochettes et les sushi). Les restaurateurs japonais réclament un label, une garantie d'authenticité officiellement agréée par le gouvernement japonais. Le dossier est en cours…

UN QUARTIER QUI S'EMBOURGEOISE

Une autre menace plane sérieusement sur notre *Little Tokyo*… La même qui a eu raison du quartier populaire de Saint-Germain-des-Prés, il y a une dizaine d'années : l'embourgeoisement. Les riverains et les gérants de restaurants s'entendent comme chiens et chats, les premiers reprochant aux seconds de polluer leur immeuble : trop de bruit, trop de monde, trop d'odeurs… Les propriétaires freinent donc leur expansion par des actions de lobbying auprès de la mairie. Petit à petit, les baux ne sont pas reconduits et les cantines deviennent boutiques (de mode, de parfum, de déco…). Cela va-t-il signer la mort du quartier japonais de Paris ? Sans atteindre cette extrémité fâcheuse, parions qu'il va simplement cesser de se développer et rester tel quel, sans s'étendre ni se densifier. ■

Merci à la patronne du restaurant Toyotomi, à M. Muraguchi Téruo (gérant de Juji-Ya) et à M. Ken Yoshikawa de la société Kioko.

LECTURES



Le Guide des musées insolites
Dominique Lesbros, l'auteur de cet article, vient de publier cet ouvrage original qui vous permettra de découvrir des dizaines de musées parisiens inconnus et souvent farfelus.
Ed. Parigramme



CUISINE DES MOINES

Shôjin ryôri
La cuisine qui illumine l'esprit

BASÉE SUR LE PRÉCEPT BOUDDHIQUE SELON LEQUEL IL EST INTERDIT DE TUER DES CRÉATURES VIVANTES, LA SHÔJIN RYÔRI EST UNE CUISINE VÉGÉTARIENNE INTRODUITE AU JAPON AU 6E SIÈCLE EN MÊME TEMPS QUE LE BOUDDHISME. ELLE EST À LA FOIS TRÈS ESTHÉTIQUE ET EXCELLENTE POUR LA SANTÉ



PAR RAPHAËLLE **MARCADAL**

Du terme bouddhique « shôjin », signifiant la purification en vue de l'illumination divine, cette cuisine fait du riz, des légumes de saison, des plantes des montagnes, des algues, du soja et de ses composés à base de tofu, ses aliments de base. A l'exception des herbes et épices issus de la famille des liliacées comme l'aïl, l'oignon, la ciboulette ou encore l'échalotte dont le goût trop prononcé est contraire aux principes ascétiques du bouddhisme.

« La shôjin ryôri célèbre le beau. En n'utilisant aucun assaisonnement épicé, elle met en valeur la saveur naturelle des aliments », explique l'ancien moine bouddhiste Sôtetsu Fujii dans son livre « shôjin ryôri no kurashi no naka de » (“vivre avec la shôjin ryôri”).

De même, le bouillon de la célèbre soupe au miso n'est pas préparé à partir de « dashi » (à base de poisson) mais d'algues (kombu) ou de légumes comme les champigons noirs shiitaké.

Davantage qu'une simple cuisine végétarienne, la shôjin ryôri participe de l'apprentissage bouddhique visant à conserver un corps sain grâce à la nourriture. Le bouddhisme prescrit donc une alimentation



Repas de shôjin ryori servi par un moine dans un temple de Koyasan.

A l'origine, la shôjin ryôri est végétarienne mais peu à peu, on y a intégré le poisson et même, parfois, de la viande.

Photos Patrick Manasson

A l'image des jardins zen, la shôjin ryôri purifie l'esprit.

simple, sans alcool ni viande ni poisson, accompagnée d'exercice physique afin de purifier l'esprit, le débarrasser de sa confusion et l'accompagner vers la compréhension. Véritable philosophie, la shôjin ryôri continue d'inspirer les moines bouddhistes, notamment ceux des temples zen.
« Les gens qui mangent beaucoup de viande sont agités, impatients et sans endurance, alors qu'au contraire, ceux qui mangent beaucoup de légumes sont calmes et persévérants".
Agé de 63 ans, M. Fujii se souvient bien de ses années d'apprentissage dans un temple zen près de Kobe où il a passé toute son enfance, au lendemain de la Seconde Guerre Mondiale. Assigné à la délicate tâche de « tenzo » (cuisinier-intendant), il évoque avec nostalgie la préparation des trois repas quotidiens des moines, où les fannes de daikon (radis japonais), les épluchures de carottes, bref tout ce qui était consommable, était recyclé. Les restes étaient mixés ensemble puis rajoutés au riz pour constituer un porridge servi le soir aux moines, raconte-t-il, soulignant que les adeptes du Zen s'efforcent de manger l'ensemble de la nourriture préparée chaque jour sans rien jeter. Enfin, la shôjin ryôri est célébrée par les moines pour ses propriétés curatives.
« Malgré les conditions de vie rudimentaires, je ne suis jamais tombé malade durant toutes ces années passées au temple. Les aliments agissaient comme de vrais médicaments », se félicite M. Fujii, vantant les mérites de cette cuisine frugale mais complète.
Désormais installé à Kamakura, l'ancien moine donne des cours de shôjin ryôri avec sa femme Mariko et multiplie les interventions télévisées pour, dit-il, « faire découvrir aux jeunes le monde fabuleux de cette cuisine considérée - à tort - comme réservée aux personnes âgées ».

Fannes de radis, épluchures de carottes... tout ce qui est consommable est recyclé

UNE PIERRE CHAUDE POUR APAISER LA FAIM

Initialement réservée exclusivement aux moines, la shôjin ryôri leur était servie dans un bol (*takuhatsu*). Peu à peu, les visiteurs et les invités des temples commencèrent à partager leurs repas servis alors sur des plateaux à pieds (*honzen*). L'utilisation de ces *honzen* est d'ailleurs encore de mise dans de nombreux temples bouddhiques actuels.
Popularisée au 13e siècle sous l'influence de la secte Zen, la shôjin ryôri est progressivement sortie des temples sous la période Muramachi (1333-1568), pour faire son apparition avec la cérémonie du thé (*chanoyu*), sous le nom de « *chakaiseki* », cuisine à la fois ultra simple et très raffinée, servie avant le thé, dont le rôle était de nourrir l'esprit davantage que l'estomac.
Le terme « *kaiseki* », fait d'ailleurs allusion aux moines zen qui, affamés, transportaient des pierres (*seki*) chaudes dans la poche (*kai*) de leur robe afin de soulager la sensation de faim.
Née avec la cérémonie du thé, le repas « *kaiseki* », est devenu par la suite le symbole de

À lire

Nouvelle Cuisine japonaise (éd. Agnès Viénot)
Nous vous avons déjà signalé ce très original ouvrage de Hisa Takeuchi, chef de génie égaré à Paris où l'on peut déguster sa cuisine à la bonne franquette et à condition de le laisser composer votre repas...
Kaïseki, 7 bis rue André Lefebvre, 75015 Paris.
Tél. : 01 45 54 48 60



la gastronomie traditionnelle japonaise, s'éloignant de son influence zen initiale. Composé d'une multitude de petits plats servis dans des céramiques raffinées pour régaler à la fois les yeux et le palais, le kaiseki privilégie la qualité par rapport à la quantité et se distingue par la fraîcheur de ses mets, tous de saison. Cuisine essentiellement végétarienne au départ, elle intègre désormais du poisson et parfois même de la viande. Synonyme du raffinement et du formalisme japonais, le *kaiseki* se déguste généralement dans une pièce privée des « *ryotei* », ces restaurants traditionnels japonais de luxe, souvent perchés au-dessus d'un beau jardin. Ses plats sont servis selon un ordre très strict immuable. Comme dans la *shôjin ryôri*, le thé clôt le repas.

Exemple de kaiseki qui intègre les fruits de mer.



Autre variante de la *shôjin ryôri*, la « *fucha ryôri* », spécialité de Kyôto, que l'on trouve dans des restaurants à proximité des temples Nanzen-ji ou Daitoku-ji. Introduite à Kyôto par des cuisiniers revenus de Chine, elle symbolise la convivialité du repas chinois qui commence et se termine par la dégustation de thé et dont chaque plat est servi dans un seul grand bol.

RETOUR AUX TRADITIONS

Si, jusqu'au 20e siècle, le régime alimentaire des Japonais est resté fortement dicté par Dame Nature, se composant essentiellement de légumes, de poisson et d'un peu de viande (dès le début de l'ère Meiji, certains moines bouddhistes ont commencé à manger de la viande affirmant qu'ils n'avaient pas besoin de suivre à la lettre les préceptes de Bouddha) la cuisine végétarienne s'est mise à décliner au fur et à mesure de l'occidentalisation de l'archipel. Cependant, actuellement, on assiste à un

changement d'attitude chez les Japonais, notamment les jeunes, désormais désireux de renouer avec l'alimentation saine de leurs ancêtres.
« Je me réjouis du boom récent de la cuisine japonaise traditionnelle. Il s'agit de la cuisine de nos parents et de nos grand-parents, une cuisine dont les vertus saines sont reconnues par les Américains et les Européens, qui véhicule la sagesse du mode de vie de de nos ancêtres », souligne M. Fujii. Ainsi, ils sont de plus en plus nombreux, les jeunes nippons aux cheveux « *kinpatsu* » (couleur orange) à se rendre dans les auberges jouxtant les temples bouddhiques afin de redécouvrir la *shôjin ryôri*.
Toutefois, même si la cuisine des moines proposée dans les auberges actuellement reste fidèle à son principe végétarien, ne servant ni viande, ni poisson, ni produits laitiers, elle a dû faire, en revanche, quelques entorses à la règle pour séduire le palais des jeunes.
« En fait, on ajoute discrètement du *dashi* et du *katsuo* (bonite séchée) dans notre bouillon et notre soupe miso car cela convient mieux au goût des jeunes d'aujourd'hui, qui, sans cela, trouveraient notre cuisine bien fade », avoue Mlle Shigaraki, hôtesse de l'auberge Yôshûji, au nord de Kyôto.

Bonne adresse

Yôshûji
Kurama honmachi
1074, Sakyo-ku,
Kyôto 601-1111
Tel: 075 741 2848
Fax: 075 741 1447
Ouvert tous les jours sauf le mardi de 10H00 à 18H00
Prix: à partir de 3.000 yens par personne
De la station Demachiyanagi, prendre le train pour Kurama, puis prendre la petite route sur la gauche. L'auberge se trouve sur le côté droit, au pied des escaliers menant au temple.

Une expérience unique au milieu des temples

Jouxtant le temple Kurama au nord de Kyôto, nichée au creux de la forêt, l'auberge Yôshûji est tenue depuis près de 34 ans par Mitsuo Shigaraki, un moine qui a laissé troqué la robe pour les fourneaux.
L'auberge est d'architecture traditionnelle japonaise, avec ses poutres en bois et son toit de tuiles. Au rez-de-chaussée, le fameux *irori* (foyer ouvert autour duquel les familles se réchauffaient) trône au milieu de la pièce, vestige d'un Japon rural en voie de disparition, tandis qu'une agréable odeur de feu de bois vient titiller mes narines, me rappelant les chalets de mes Alpes natales.
Installée au deuxième étage, sur des tatamis, j'admire les *tansu* (commodes traditionnelles japonaises) et les céramiques en attendant que l'hôtesse m'apporte mon plateau-repas. Celui-ci se compose de sept plats, servis essentiellement dans des bols en bois rouge.
Le plus grand plat « *takiawase* », se compose d'un assortiment de légumes cuits à la vapeur au goût légèrement braisé, comprenant des « *fuki* » (pétasites), des pousses de bambou, de l'algue wakamé et des feuilles de « *sansho* » (poivre japonais). Le mélange de légumes à la sauce « *shira-ae* », (tofû pressé) est également un délice. Tout comme le « *gomadofu* » (crème de sésame), servi à part dans un petit plat. Mais mon regard est attiré par la couleur brune et la texture insolite d'un mélange servi dans un « *ochoko* » (coupe à saké en céramique). Si je reconnais le goût du *daikon* (radis), mon palais est en revanche incapable d'identifier les petites graines couleur caviar. Après enquête auprès de l'hôtesse, il s'avère que ce sont des graines de « *tonburi* » ou «*houkigusa* », sorte de fougère, baptisée « caviar des champs », et dont très peu de Japonais connaissent l'existence. Je poursuis mon exploration végétarienne avec la dégustation d'un autre assortiment de légumes: « *owage* » ("gras" du tofu), « *wakegi* » (famille du poireau), miso blanc agrémentée de moutarde *karashi*. J'apprécie également le « *mochigome* » (pâte de riz cuit à la vapeur et passé au pilon) tout comme les *tempura* (beignets) de légumes tous plus farfelus les uns que les autres : « *ginnan* » (noix issue de l'arbre ginkgo), « *yuki no shita* » (feuille de yuki), « *tara no me* » (Japanese angelica) et « *kogomi* » (fougère d'Allemagne !)... Quel plaisir de découvrir toutes ces saveurs inédites, même si certaines consistances comme celle du traditionnel « *konnyaku* », pâte gélatineuse composée à partir de tubercules comestibles, ne m'inspirent guère.
Ce repas unique, à la fois sain et pauvre en calories, se termine par un traditionnel et délicieux thé fumé (*hôjicha*) accompagné d'une tranche de melon.
Demain, c'est décidé, je commence à labourer mon potager..... **R. M.**

Entrée de l'auberge Yôshûji nichée en pleine forêt, à deux pas du temple Kurama.

Michel Bras au Japon

Un coin d'Aubrac à Hokkaïdo

D'un côté la mer, de l'autre, un lac de 40 km de circonférence.

SES 3 ÉTOILES AU MICHELIN NE LUI ONT PAS DONNÉ LA « GROSSE TÊTE ». AU LIEU DE CHERCHER A FAIRE PARLER DE LUI, LE DISCRET MICHEL BRAS FUIT LES JOURNALISTES ET LES INTERVIEWS COMME LA PESTE. IL A BIEN VOULU CEPENDANT, POUR WASABI, RACONTER L'HISTOIRE DU RESTAURANT QU'IL A OUVERT AU JAPON EN 2000 ET DONT IL VIENT DE CONFIER LES RÊNES À UN JEUNE CHEF PLEIN D'AVENIR : YOHANN HUE.

PROPOS RECUEILLIS PAR PATRICK **MANASSON**



on aventure japonaise a commencé par un article publié là-bas dans une revue culinaire. Quand j'ai reçu le journal, J'ai eu la surprise de voir qu'ils m'avaient mis en couverture alors que personne ne me connaissait au Japon ! Peu de temps après, le journaliste qui avait fait l'article est venu me voir et m'a demandé si cela m'intéresserait d'ouvrir un restaurant au Japon. Très honnêtement, je n'avais jamais envisagé d'exporter ma cuisine si ●●●



Michel Bras et son fils Sébastien.

loin de l'Aubrac ! Mais comme ils insistaient, j'ai quand même accepté d'aller visiter l'endroit qu'ils proposaient.
Le jour de notre arrivée, c'était en novembre, il neigeait « à l'horizontale » comme on dit chez nous. On ne voyait pas à un mètre tellement le temps était couvert. Mais le lendemain, comme par magie, le ciel s'est dégagé et nous avons découvert un endroit fabuleux : l'emplacement qu'on me proposait était situé au dernier étage d'un hôtel avec d'un côté la vue sur la mer et de l'autre sur un immense lac naturel de 40 km de circonférence. Je me suis dit : pourquoi pas ? »

UNE COPIE CONFORME DE LAGUIOLE

Pour quelqu'un d'aussi exigeant que Michel Bras, il n'était pas question de donner ses recettes et de s'en aller en laissant le restaurant en franchise.
« Avant de prendre une décision définitive, j'ai voulu tester les ressources locales et j'ai dégusté 330 produits car je voulais importer le minimum d'ingrédients. J'ai été stupéfait par leur richesse, en légumes notamment. J'en ai rapporté des semences ici comme je le fais à chacun de mes voyages. J'ai trouvé par exemple des navets extraordinaires qui ont une longueur en bouche tout à fait étonnante. J'ai donc décidé d'adapter ma cuisine aux produits locaux et je n'importe de France que 3 produits : le pigeon, le poulet et le foie gras. Tout le reste est local. J'ai aussi exigé de choisir mon équipe. »
Pour l'ouverture, Michel Bras confie le restaurant à Alexandre Bourdas qui, après avoir travaillé avec Michel Guérard, a été, durant trois années, le chef du « Château de Sully » à Bayeux. Durant trois ans, Alexandre va s'appliquer à faire du restaurant Michel Bras-Toya-Japon la copie conforme de celui de Laguiole avec notamment, à la carte, les deux grands classiques de l'original : le fameux « Gargouillou de légumes » et le non moins célèbre « Coulant au chocolat ». En quelques mois, le restaurant devient l'un des plus cotés de l'archipel et la

Yohann Hue, le nouveau chef du restaurant japonais de Michel Bras.

Extrait de la carte

Le menu Découverte et nature proposé par Michel Bras et Yohann Hue
Le gargouillou de jeunes légumes ; feuilles, racines et fruits.

Un tsubugaï émincé juste raidi ;
éclats de yurine, myoga mariné et feuilles de mâche, une crème de citron, jus moussé au safran.

Sur le thème de l'orange ;
la tranche de foie gras de canard au naturel ; caramel, vinaigrette et poudre d'orange, du chou kandama juste chaud.

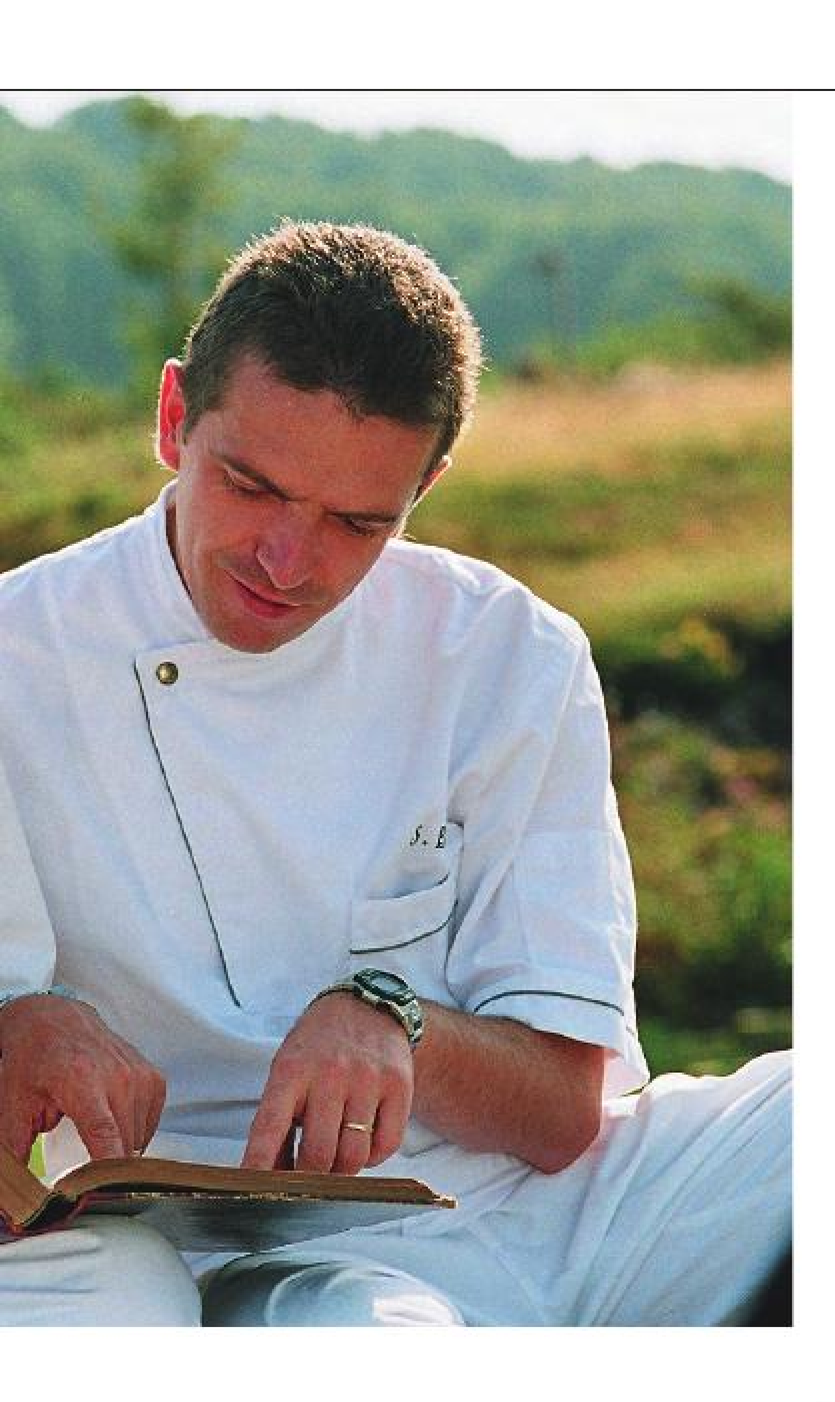
Appréciée l'hiver,
La soupe blanche aux pommes de terre May Queen ; crème aux truffes noires & huile d'amande.

Parsemé de céréales relevées,
Le magret de canard de Challans rôti, kéfir au genièvre et zestes d'agrumes, vinaigrette tiède au jus d'abats.

Les fromages de France (Laguiole, Roquefort, Saint-nectaire, …) et d'Hokkaïdo.

Sur une interprétation du coulant, originel de 81,
Le biscuit tiède de chocolat coulant ® aux arômes de cacao ; crème double glacée & café léger.

A rouler pour jouer,
Un bâtonnet glacé à la reine des prés qui s'épice de nougatine, de pamplemousse au miel et de chocolat blanc.



clientèle, à 95% japonaise, vient de très loin pour découvrir, au milieu des pâturages du Hokkaido, une cuisine fort différente de celle des autres chefs français présents au Japon (Robuchon et Ducasse étant les plus connus) et moins éloignée qu'on pourrait le croire de la gastronomie nipponne.

◎ UNE APPROCHE COMMUNE DU VÉGÉTAL

« Objectivement, il n'y a pas beaucoup de points communs entre mon expression de cuisine et la gastronomie nipponne, concède Michel Bras. Mais en y réfléchissant, il y a je crois, une certaine approche commune du végétal, très présent dans les plats japonais. J'ai tout de même été l'un des pionniers en France en proposant, dès 1983, un menu entièrement légumes !
Avec les Japonais, nous avons aussi en commun l'attention à l'infime, au détail et peut-être, avant tout, nous avons le respect du produit et le goût de l'essentiel. Pour eux comme pour moi, c'est la technique qui doit être au service de l'expression gourmande et non le contraire.
Les Japonais sont des gens que j'aime et admire et dont je partage certaines valeurs comme le respect de la nature. Ce sont de plus des gens raffinés avec une culture et une histoire qui me passionnent. »
Début 2005, Alexandre Bourdas revient en France avec le sentiment du « devoir accompli » et l'espoir de rebondir après une expérience aussi passionnante. Il laisse la place à Yohann Hue à qui Michel Bras a décidé de faire entièrement confiance pour continuer l'aventure et lui imprimer sa marque.

◎ "JE RÊVAIS D'ALLER AU JAPON"

« Après avoir travaillé 3 ans comme second de cuisine au restaurant français "Vieux Sinzig" à Sinzig en Allemagne, je suis entré comme chef de partie chez Michel Bras à Laguiole, explique ce jeune chef de 29 ans. Deux saisons comme chef de partie à la rôtissoire, sauces et poissons, puis trois saisons en tant que chef de partie au Garde-Manger. Durant ces 5 années, j'ai montré beaucoup de motivation dans ces cuisines, pour à terme, obtenir la confiance de Michel et Sébastien Bras. Lors de l'annonce d'Alexandre de revenir en France après 3 années au Japon, Michel et Sébastien ont montré toute la reconnaissance qu'ils portaient à mon travail en me proposant ce challenge au Japon. »
Durant les 5 années passées à Laguiole, il a appris à connaître et à apprécier non seulement la cuisine de Michel Bras (les accords de plats, l'harmonie qui se dégage de ses assiettes, les associations de goûts et de couleurs), mais aussi sa façon de diriger, de manager son personnel (grâce notamment à l'association des « Bras K'C », qui permet au personnel de se retrouver en dehors des heures de travail).
« Diriger le second restaurant de Michel Bras selon l'esprit et les techniques que j'ai emmagasinés durant ces années à Laguiole, est une occasion inespérée pour moi de montrer toute ma reconnaissance envers eux, conclut Yohann. De plus, le Japon et ces coutumes m'ont toujours intéressé. Je rêvais depuis mon enfance de connaître le pays du soleil levant. » ■

Pour en savoir plus

Sur Michel Bras à Laguiole :
www.michel-bras.fr
Sur le restaurant de Toya :
http://yoann.hue.free.fr
Sur Alexandre Bourdas :
www.alexandre-bourdas.com



Le thé japonais
un art de haute culture


Fleur de thé

Photo Negiar/Chajin

LE JAPON PRODUIT ENVIRON 100 000 TONNES DE THÉ PAR AN DONT PLUS DE 99% DE THÉ VERT, MAIS N'EN EXPORTE QUE 3%. PEU CONNU, IL MÉRITE POURTANT QU'ON S'Y INTÉRESSE NON SEULEMENT POUR LA FINESSE DE SON GOÛT MAIS AUSSI POUR SES VERTUS MÉDICINALES

PAR CAROL **NEGIAR**
Directrice de Chajin

Tous les thés proviennent de la même plante, le Camellia Sinensis, mais le thé vert est un thé non fermenté contrairement au thé noir, ou thé « anglais ». Au Japon, on empêche la fermentation avec de la vapeur dans des étuves, une méthode utilisée autrefois en Chine où les feuilles sont aujourd'hui chauffées dans un wok sur un feu (méthode « pan-fried »). Une autre différence entre les thés japonais et chinois est le type de Camellia Sinensis utilisé : au Japon, 86% sont de type Yabukita, plus adapté à l'étuvage.

De multiples classements du thé vert sont possibles. On peut classer les thés japonais par leur type de culture : ouverte et couverte (ou ombragé). La grande majorité du thé cultivé au Japon est de culture ouverte bien exposée au soleil. Seulement 6% du thé cultivé au Japon est couvert, et seulement trois semaines avant la cueillette. Trois thés sont couverts : le tencha, utilisé pour moudre le matcha en poudre à partir de feuilles qui ne sont pas roulées (1% de la production totale au Japon), le kabusecha (5% de la production), couvert en une fois avec des bâches en plastique comme le Ujikabusecha de Chajin, et le gyokuro (0,3% de la production), couvert petit à petit par la paille de riz afin de produire ce que beaucoup considèrent être le thé le plus fin du Japon (mais dont les qualités varient considérablement). La meilleure qualité est cueillie et roulée à la main. Ses feuilles sont façonnées en forme d'aiguilles de pin, un symbole qu'on retrouve souvent sur les ustensiles de thé. Les thés verts couverts contiennent plus de vitamine A, de théine et d'acides aminés.

Les qualités de matcha varient beaucoup, également, selon l'âge des théiers. Le plus cher (un « Koicha », ou thé épais) provient de théiers datant d'une trentaine d'années, le moins cher (un « Usucha », ou thé léger) de théiers datant d'une dizaine d'années.

CÉRÉMONIES EN COURS

La meilleure façon de s'initier aux thés verts japonais est d'assister à une cérémonie du thé. Chajin en organise avec un maître de thé toutes les semaines dans son chashitsu (salle traditionnelle japonaise) avec une conférence afin d'expliquer l'histoire du thé au Japon, l'évolution des cérémonies Chanoyu et Senchado (la cérémonie du thé infusé, moins connue, même au Japon).
Les passionnés peuvent suivre régulièrement des cours de cérémonie du thé chez Chajin ou encore à la maison de la Culture du Japon à Paris.

Plantation de thé dans la région de Shizuoka.

LECTURES

Le Maître de Thé (Ed. Stock) de Inoué Yasushi
Le Livre du Thé (Ed. Payot & Rivages) de Kakuzo Okakura, écrit en 1906 en anglais

IL EXISTE 22 GRADES DE BANCHA

Tous les autres thés sont de culture ouverte et se classent en trois catégories :

Le Sencha, représente 78% de la production japonaise. Les deux feuilles en haut plus le bourgeon sont cueillis, généralement avec une machine. Ce thé correspond au goût préféré des Japonais. Il est parfois moulu afin de produire une poudre moins chère mais nettement moins fine que le matcha (on reconnaît bien la différence dans les glaces au thé vert, par exemple). Le Sencha est généralement bu chaud, mais peut être préparé glacé en été après une infusion froide d'environ 8 heures. Le Fukamushicha est un Sencha passé dans l'étuve trois fois plus longtemps pour un goût sans amertume, un aspect plus poudreux et une liqueur plus épaisse. Certains de nos clients ne boivent que notre Aji no Fukamushicha, un grand cru de Shizuoka. Le Hatsu Tsumi Kukicha se classe également dans la catégorie des Sencha. Ses feuilles sont mélangées avec les tiges des théiers (« Twig Tea », en anglais). Le goût est particulièrement accessible pour un novice de thé vert. Le Shincha (ou thé nouveau), cueilli dans les premiers jours de la première cueillette, entre aussi dans cette grande catégorie. C'est le thé le plus vert et le plus frais de tous les Sencha.

Le Bancha ne représente que 10% de la production, ses feuilles sont situées sous les feuilles de Sencha sur les théiers. Certains en déduisent que leur qualité est « inférieure » mais la réalité est plus nuancée. Il existe en réalité 22 grades de Bancha, dont le meilleur, comme le Bancha Tokujo, est parfois préféré au Sencha. Les feuilles de Bancha sont utilisées pour faire le Hojicha (un thé vert grillé, avec un goût torréfié et une jolie robe marron). On peut également mélanger du Bancha avec du riz grillé afin de faire du Genmaicha.

Le Tamaryokucha. Enfin, parmi les thés qui n'entrent dans aucune des deux catégories ci-dessus (6%), on peut notamment citer le Tamaryokucha cultivé dans l'île de Kyushu.

La couleur de la liqueur du thé vert est toujours verte s'il est conditionné sous vide, à l'abri de la lumière, de la chaleur, de l'humidité et de l'air et s'il a été cueilli lors de la première des trois cueillettes (« first flush » or Ichiban-cha). Les thés qui n'ont pas été conditionnés sous vide et/ou sont composés d'un mélange de feuilles d'origines différentes ont une couleur plus jaune et un goût d'une moindre finesse.

Les thés japonais peuvent également être classés par régions. A Shizuoka, près du Mont Fuji, sont concentrés près de 50 % du thé cultivé au Japon. La World Green Tea Association organise là-bas la plus grande manifestation du thé au monde avec quelque 100 000 visiteurs. Les autres grandes régions de thé sont Kagoshima sur l'île de Kyushu, Mie, puis Kyoto (et en particulier Uji) et Nara. Le Matcha le plus réputé provient du Uji. D'ailleurs, Uji et Shizuoka sont les deux seules régions où sont cultivés les grands crus.

Enfin, les thés verts japonais se différencient par la forme des feuilles (bouclée, inégale, mélangée, plate…), leur couleur (vert profond, fraîcheur, brillance, éclat…), l'arôme (bouquet de jeunes feuilles, grillé, boisé, rassis …), leur goût (douceur, corps, épaisseur en bouche, amertume, astringence, verdure, aspect toasté, beurré, râpeux, fruité, longueur en bouche…), la robe de leur liqueur (épaisse, si elle produit un anneau doré dans la tasse, avec sédiments, faible…), l'aspect des feuilles infusées (uniforme, crayeux, plus ou moins poudreux…) et le façonnage en aiguilles de pin ou en bâtonnets aplatis.

Et pour tester vos connaissances, pourquoi ne pas essayer de jouer au Tocha, un jeu datant du 15e siècle où l'on doit deviner quel thé infusé correspond à quelles feuilles de thé. Mais attention, il faut avoir bu un certain nombre de tasses de thé vert japonais pour gagner !

Différentes exemples de théières kyusu.



Photo Negiar/Chajin

BIEN CHOISIR SA THÉIÈRE

Le type de théière utilisé pour préparer le thé vert influe sur le goût. Au Japon, elles sont en terre ou en porcelaine, jamais en fonte (la fonte n'est utilisée que pour chauffer l'eau). Les théières japonaises sont de deux types : *kyusu* pour les thés de culture ouverte et *hohin* pour ceux de culture couverte.

Bonnes adresses

Chajin—La Maison du Thé Vert Japonais, 24, rue Pasquier, 75008 Paris. Tél. : 01 53 30 05 24

Chajin co-organise Le Festival du Thé qui aura lieu du 5 au 7 novembre 2005.

Maison de la Culture du Japon à Paris, 101 bis quai Branly, 75015 Paris. Tél. : 01 44 37 95 00

Le Palais des thés, 64 rue Vieille du Temple, 75003 Paris. Tél. : 01 48 87 80 60

Sur le net

www.chajin-online.com
www.laboutiquejaponaise.com
http://o-cha.net/english/index.html
www.culture-the.info
www.temae.net
www.cercleduthe.com
www.festivalduthe.fr

A voir

La Mort d'un Maître de Thé de Kei Kumai (1989)
Rikyu de Hiroshi Teshigahara qui était lui-même maître de thé. (1990)

Cérémonie du thé traditionnelle dans une pièce à tatamis.

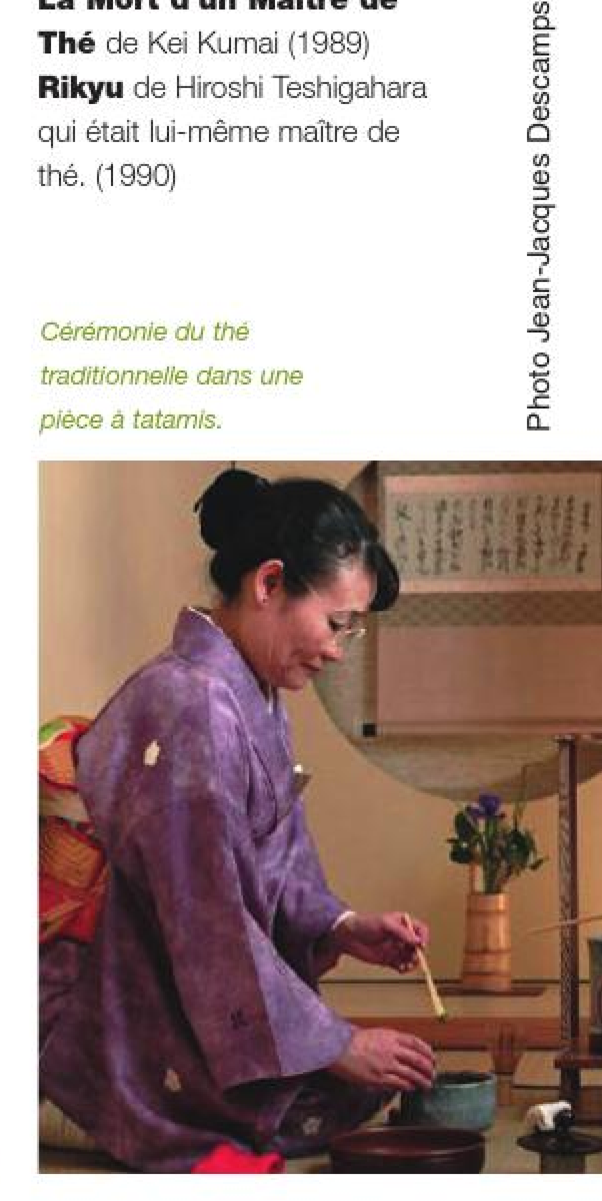


Photo Jean-Jacques Descamps

PAR CARINE **BAUDRY**
Responsable de l'Ecole du Thé

Bien que tous les types de thé proviennent de la même plante, de nombreux paramètres interviennent qui en influencent significativement les qualités. Carine Baudry, aromaticienne, nous en fait découvrir toute la richesse.





En haut le Tamaryokucha impérial ; en bas le Bancha Hojicha.



Les variétés du Camellia Sinensis sont nombreuses et chacune d'elle va présenter des différences notables, par exemple quant à la nature de ses composés odorants. La nature du sol (le terroir), les conditions climatiques (humidité, ensoleillement, température,…) sont des points déterminants pour la croissance de la plante et pour la composition des feuilles. Une fois la feuille récoltée, chaque étape de sa transformation va influencer le profil final du thé. On devine donc aisément la richesse et la complexité de cette plante. C'est cette richesse que je vous invite à découvrir à travers la dégustation de thés verts japonais…

La dégustation du thé est basée sur une connaissance des différents mécanismes qui vont intervenir lors de l'évaluation.

Le fait de les identifier permet de mieux décomposer nos perceptions. Dès lors, il est nécessaire de savoir donner des noms à ces sensations. Rien n'est plus frustrant que de déceler des notes et de ne pas pouvoir les déchiffrer !

La dégustation du thé demande, de plus, une connaissance académique de la plante, de sa transformation, des régions de culture et une approche scientifique pour comprendre les transformations chimiques qui interviennent au sein de la feuille. Ce qui permet, au-delà de la description, de mieux comprendre la présence de certaines notes et de pouvoir évaluer les qualités et les défauts d'un thé dans sa globalité.

Cette approche est comparable à celle d'un œnologue pour le vin.

LA DÉGUSTATION DES THÉS VERTS JAPONAIS :

Les thés du Japon sont d'une très grande complexité. Ils ont à la fois beaucoup de caractère et d'élégance.

La feuille du thé vert n'est pas fermentée. Les polyphénols présents à l'intérieur ne vont donc pas se transformer sous l'action de l'enzyme, la théase. Cette enzyme est anéantie par un étuvage qui confère à la feuille des notes caractéristiques.

Les composés odorants sont très nombreux et situés plutôt sur des notes : végétale, marine, beurrée, florale rosée. La texture en bouche est très intéressante car très présente. La présence d'acides aminés notamment dans les thés d'ombre apporte une grande ampleur en bouche et une grande persistance caractéristique de la saveur umami. Leur couleur est d'un vert franc et profond. Le mode de préparation des thés verts japonais est très important pour obtenir une liqueur la plus harmonieuse possible ; un équilibre optimum entre la richesse aromatique et la présence des tanins apportant notamment l'amertume et l'astringence. Ce que l'on cherche ici c'est extraire uniquement le meilleur de la feuille de thé.

Le temps d'infusion doit être très court (une à deux minutes) et la température de l'eau de l'ordre de 50-70°C en fonction de la finesse du thé. Au-delà les tanins libérés seront trop nombreux et l'équilibre rompu.

DÉGUSTATION DE DEUX THÉS VERTS JAPONAIS

▮ **Le Tamaryokucha impérial :** thé récolté au printemps. Température de l'eau : 70°C - Temps d'infusion 1-2'

Feuille sèche : Aspect : feuilles roulées • **Couleur :** beau vert sombre signe de grande qualité • **Parfum :** note cacao, fruit mûr, note marine, note pyrogénée (noisette grillée)

Infusion (feuille infusée) : Aspect : petites feuilles, présence de bourgeons • **Couleur :** vert profond et lumineux • **Parfum :** note végétale frais, note beurrée lactée, iodée doux, note marine, nuance rosée, évoque la finesse de la note marine de la chair de saumon

Liqueur : Couleur : vert pâle • **Saveurs :** umami, amertume très légère • **Texture en bouche :** très velouté et épais en bouche, légère astringence • **Arômes :** note végétale cuite très marquée, douce et beurrée, puis note marine, note châtaigne très légère • **Profil et longueur en bouche :** très ample, profil très harmonieux.

Très grande longueur en bouche sur des notes fraîches, menthées, réglissées soutenues par la légère astringence.

▮ **Le Bancha Hojicha :** thé de la famille des bancha dont les feuilles sont torréfiées après la transformation de la feuille. Température de l'eau : 90°C - Temps d'infusion : 3'

Feuille sèche : Aspect : grandes feuilles, position plus basse sur le théier • **Couleur :** marron • **Parfum :** attaque zestée (citron confit), boisé, bois sec cèdre, fruité (confiture), marin

Infusion (feuille infusée) : Aspect : grandes feuilles • **Couleur :** marron • **Parfum :** note pyrogénée, noisette grillée, note marine (poisson grillé), note fruitée confiture (fruit noir comme la mûre), note lactée

Liqueur : Couleur : ambrée, marron • **Saveurs :** sucrée léger • **Texture en bouche :** lisse • **Arômes :** fruit noir (mûre), fruit cuit (confiture), note marine, boisée, grillée, pyrogénée, lactée vanillée en fond.

• **Profil et longueur en bouche :** bonne amplitude, attaque sur des notes bois sec, puis plus de rondeur sur des notes lactée, vanillée, fruit cuit soutenues et mis en valeur par la saveur sucrée.

Venez approfondir vos connaissances sur le thé, mieux connaître cette plante, sa transformation, sa préparation à l'Ecole du Thé du Palais des Thés.
La conférence se fait en partenariat avec le salon de thé japonais Toraya et est présentée par Dorothée De Boisséson, interprète et spécialiste du Japon et Carine Baudry, l'auteur de cet article.
Rens. : l'Ecole du Thé au 01 43 56 90 90.

Le guide des restaurants

A PARIS ET DANS LES GRANDES VILLES DE PROVINCE, WASABI A SELECTIONNÉ LES MEILLEURS RESTAURANTS NIPPONS. LES ADRESSES INDIQUÉES CI-DESSOUS SONT ÉGALEMENT LES POINTS DE DISTRIBUTION DE WASABI



(Re)découverte

Il a fallu quelques mois pour que **Naoki**, anciennement installé rue Gaudot de Mauroy, trouve un nouveau lieu. C'est chose faite, et bien faite avec la réouverture du restaurant dans le XIe, à deux pas d'Oberkampf (lire notre article p.7)

5 rue Guillaume Bertrand, Paris 11e

01 43 57 68 68



Tradition

On aime toujours autant les anguilles préparées comme à Tokyo chez **Nodaïwa**. Préparez vos papilles !

272, rue Saint-Honoré Paris 1er

01 42 86 03 42

18ème
17ème
19ème
9ème
10ème
8ème
16ème
20ème
3ème
11ème
4ème
7ème
6ème
12ème
15ème
5ème
13ème
14ème

japonais à Paris et en France

◎ 1er arrondissement

FUJITA 01 42 61 42 93
41, rue St Roch

HIGUMA 01 47 03 38 59
32bis, rue St Anne

ISSÉ 01 42 96 26 60
45 rue de Richelieu

JAPORAMA 01 42 36 21 30
35, rue Etienne Marcel

KAGURA 01 42 96 87 92
11 bis rue Sainte-Anne

KINUGAWA 01 42 60 65 07
9, rue du Mont Thabor

KUNITORAYA 01 47 03 33 65
39, rue Ste Anne

LAI LAI KEN 01 40 15 96 90
7, rue Sainte Anne

LO SUSHI 01 42 33 09 09
1, rue du Pont-neuf/sous sol

MATCHAN 01 42 96 27 60
11 bis rue Sainte-Anne

MATSUDA 01 42 60 00 07
19, rue Saint Roch

MATSURI RICHELIEU 01 42 61 05 73
36 rue de Richelieu

MEI KO 01 40 26 15 78
27, rue du Bouloi

MIDORY 01 42 97 47 30
49, rue de l'Arbre Sec

MIMIRAKU 01 42 61 05 90
19, rue Saint Roch

MITSUYA 01 49 26 97 54
7 rue des Moulins

MIYOSHI 01 42 86 80 80
11, rue Danielle Casanova

NAGATO 01 49 26 07 70
7, rue du 29 Juillet

NANIWAYA 01 40 20 43 10
11 rue Sainte-Anne

NODAIWA 01 42 86 03 42
272, rue Saint Honoré

OFFICE DU TOURISME JAPONAIS
01 42 96 20 29
4 rue Ventadour (1er etage)

RANMARU 01 42 96 08 80
25, rue de Richelieu

SAGANO 01 40 41 04 45
10/12 rue des Prêcheurs

SAPPORO RAMEN 01 40 15 98 66
276, rue Saint Honoré

SAPPORO RAMEN 01 42 60 60 98
37, rue Sainte Anne

SHIOSAI 01 42 33 70 47
4 bis, place Sainte Opportune

SUSHI COMPANY 01 55 35 34 00
22, rue des pyramides

SUSHI GAN 01 42 97 44 48
41, rue des Petits Champs

SUSHIRAMA 01 40 26 30 75
14, rue Bertin Poirée

TAKARA 01 42 96 08 38
14, rue Molière

TORAYA 01 42 60 13 00
10 rue Saint-Florentin

TOTOYA 01 42 21 41 88
21, rue Saint Denis

VILLA TOKYO 01 42 36 62 41
14, rue du Cygne

YAKINIKU TEI 01 42 60 42 96
308, rue St Honoré

YASUBE 01 47 03 96 37
9, rue Sainte Anne

YOU HEISEI 01 42 60 55 50
11, rue Sainte Anne

◎ 2e arrondissement

AICHI 01 42 96 93 51
86 rue de Richelieu

AKI 01 42 61 48 38
2 bis, rue Daunou

ASUKA 01 40 13 07 00
8-10, rue Léopold Bellan

BOOK OFF (librairie) 01 42 60 00 66
29 rue St Augustin

COMPTOIR DU SUSHI 01 53 40 88 88
36/38 passage du Ponceau

DEVANT VOUS 01 42 96 96 27
80, rue de Richelieu

EDOKKO 01 40 07 11 81
27, boulevard des Italiens

FURUSATO 01 42 33 49 61
60 rue Montorgueuil

HOKKAIDO 01 42 60 50 95
14, rue Chabannais

KIM CHI 01 42 96 55 76
5, rue de Louvois

KINTARO 01 47 42 13 14
24, rue Saint Augustin

KIOKO 01 42 61 33 66
46 rue des Petits Champs

KOBA 01 47 42 16 58
7, rue de la Michodière

KOETSU 01 40 15 99 90
42 rue Sainte-Anne

KORIN 01 40 20 49 93
58 rue Sainte-Anne

KOUCHIYAKI 01 40 20 94 45
41, rue Sainte Anne

MATSU SUSHI 01 40 26 35 06
18, rue de Turbigo

MATSURI SUSHI 01 40 26 11 13
26 rue Leopold Bellan

MOMIDJI 01 47 42 82 58
9, rue de Hanovre

NEW TOKYO 01 45 08 15 50
37 rue Montmartre

NINA SUSHI 01 40 39 04 03
17 passage du Caire

OGURA 01 47 42 77 79
20 rue de la Michodière

OISHI 01 42 96 45 94
106, rue de Richelieu

OKINAWA 01 42 96 21 68
19, rue Saint Augustin

OTODOKE 01 42 86 02 22
46 rue Sainte Anne

OZEKI 01 42 60 98 48
10, rue Chabannais

SUSHITARO 01 44 56 00 94
24 rue Saint-Augustin

TAKE 01 40 17 08 08
10, rue de Port Mahon

TOKYO A PARIS 01 47 42 33 22
19, rue d' Antin

TOKYO SUSHIS 01 45 08 15 50
37, rue Montmartre

TOYOTOMI 01 42 86 02 86
24 rue des Petits Champs

YAMAMOTO 01 49 27 96 26
6, rue Chabanais

YOKOSUNA 01 45 08 52 75
2, rue Léopold Bellan

◎ 3e arrondissement

SUSHI BAR 01 42 74 76 21
9, rue de Bretagne

SUSHI WEST 01 42 75 50 00
10, rue de Bretagne

YOSHIGAWA 01 48 04 35 00
184, rue St Martin

◎ 4e arrondissement

AKATSUKI 01 42 78 71 27
15, rue des Archives

ALLO SUSHI 01 44 61 93 73
13, rue Cloche Perce

AOYAMA 01 42 74 53 92
22 bis, rue de la Verrerie

BISTRO TOKYO 01 42 72 11 11
20 rue des Lombards

DELICE HOUSE 01 42 76 05 10
79, rue Saint Antoine

ISAMI 01 40 46 06 97
4, quai d'Orléans

KYO 01 42 72 56 48
9 rue de la Verrerie

MIKA 01 48 04 04 80
38 rue des rosiers

SUN 01 48 04 04 80
14 bd de Sébastopol

SUSHI PARADIS 01 42 78 98 83
7, rue François Miron

TAKAOKA 01 42 74 17 96
76, quai de l'Hotel de Ville

5e arrondissement

AKIDA 01 43 36 67 43
121 rue Monge

ASIA TEE 01 43 26 39 90
47 rue de la Montagne Ste Geneviève

INAGIKU 01 43 54 70 07
14 rue de Pontoise

MATSUDO YAKI 01 47 07 68 39
43, rue Mouffetard

PLANET SUSHI 01 44 08 75 00
111, rue Monge

SASHIMI BAR 01 43 54 57 98
4 rue des Fossés St Jacques

SUSHI GOBELINS 01 47 07 48 26
90 bd St Marcel

SUSHI ICHIBAN 01 47 07 58 85
11 rue Berthollet

YAGIU 01 43 54 01 11
20, rue Saint Séverin

6e arrondissement

AZABU 01 46 33 72 05
3, rue André Mazet

ITADAKI 01 43 26 68 25
64, rue Monsieur le Prince

HANAFOUSA 01 43 26 50 29
4, passage de la petite boucherie

JAPOTORI 01 43 29 00 54
41, rue Monsieur le Prince

KIM'S ORIENT EXTREME 01 45 48 92 27
4, rue Bernard Palissy

KYOTORI 01 43 54 48 44
61 rue monsieur le Prince

MANDARINE SUSHI 01 42 22 25 21
32 rue St Placide

OKU 01 43 25 41 86
13, rue Grégoire de Tours

SUSHI HOUSE 01 43 25 54 85
50, rue Dauphine

TOKUGAWA 01 42 22 32 59
49, bd du Montparnasse

TSUKIZI 01 43 54 65 19
2 bis, rue des Ciseaux

WABOSSO 01 53 10 87 19
6, rue des Ciseaux

YAKIJAPO 01 42 22 17 74
8, rue du Sabot

YAKITORI ST GERMAIN 01 44 07 03 11
8 rue des Ciseaux

YAMANI 01 45 48 49 80
8 rue Sainte-Beuve

YEN 01 45 44 11 18
22, rue St Benoit

YUSHI 01 44 07 03 11
8, rue des Ciseaux

7e arrondissement

ARIDO 01 47 53 74 49
208 bis, rue de Grenelle

DAIKON 01 45 55 62 21
26, rue Surcouf

MAISON DU SUSHI 01 45 51 24 24
44, avenue Bosquet

MIYAKO 01 47 05 41 83
121, rue de l'Université

8e arrondissement

ASIAN 01 56 89 11 00
30, avenue Georges V

CHAJIN 01 53 30 05 24
24 rue Pasquier

FUKUOKA 01 40 07 05 58
23, rue des Mathurins

HYOTAN 01 42 25 26 78
3, rue d'Artois

JIPANGUE 01 45 63 77 00
96 rue La Boétie

KAITEN 01 43 59 78 78
63 rue Pierre Charron

KAKYO 01 45 22 21 06
7, rue Clapeyron

KINUGAWA 01 45 63 08 07
4, rue Saint Philippe du Roule

KOHOHANA 01 45 62 15 68
1 bis rue Jean Mermoz

KYOTO 01 53 75 11 49
6, rue Corvetto

KYOTO ST LAZARE 01 42 93 35 13
9, rue de l'Isly

LO SUSHI 01 45 62 01 00
8, rue de Berri

MANRAY 01 56 88 36 36
32/34, rue Marbeuf

MIYOSHI 01 45 62 30 14
24, rue Marbeuf

OKAME 01 46 22 95 03
235, Rue du Fg. Saint Honoré

SUSHI JAPO 01 44 90 00 61
53, rue de Rome

YAKI KOCHI 01 43 59 51 88
35 rue La Boétie

YAMAICHI 01 43 87 19 04
9 rue de l'Isly

YASAMI 01 47 20 06 20
5, rue de la Renaissance

9e arrondissement

FUJI SUSHI BAR 01 48 74 36 83
5 rue Joubert

FUJI YAKI 01 42 81 54 25
20, rue Henri Monnier

IZAAKI 01 53 16 43 48
35 rue Lafayette

KIDAYA 01 45 26 12 88
15 rue Lafayette

KUSHI YAKI 01 49 70 05 24
41, rue de Rochechouart

MATSUSAKA 01 48 00 94 64
16, rue Montyon

NAGANO 01 48 78 47 44
77, rue Taitbout

NEW MATSUZAKA 01 48 00 94 64
16 rue Montyon

NEW YAKI KOBE 01 40 07 18 88
14, rue de Sèze

OSAKAYAKI 01 40 16 41 29
24, rue Henri Monnier

SAKURAYA 01 47 70 54 41
3, rue Grange-Batelière

SHIMIZU 01 48 00 92 76
11 Rue Bergère

SONG TIAN SUSHI 01 47 70 42 82
13, rue du Fbg Poissonnière

SUSHI BOUBOU 01 48 78 84 80
52 rue Maubeuge

SUSHI YAKI 01 42 46 11 77
1 bis, rue Bleue

TAKEMOTO 01 47 70 32 67
17 rue du fbg Montmartre

TOKYO 01 42 47 06 14
8 rue Cadet

TONEGAWA 01 42 65 29 18
8, rue Godot de Mauroy

YAMAMURA 01 48 00 90 18
1, rue Bergère

YOCEIKO 01 47 70 68 50
39 rue du Fg. Montmartre

10e arrondissement

CINE SUSHI 01 42 49 02 40
48, rue René Boulanger

DAI BAN OSAKA 01 42 40 60 35
15, av. Claude Vellefaux

NISHIKURA 01 40 22 99 98
12, rue du Faubourg Poissonnière

OISHI SUSHI 01 40 35 14 12
38 rue Louis Blanc

PLOUM 01 42 00 11 90
20 rue Alibert

SUSHI SAKE 01 40 38 37 65
247, rue du fbg St Martin

TOKIOYAKI 01 46 07 67 91
231 rue du Fbg St Martin

WAKO 01 46 07 08 88
208 bis, rue Lafayette

YAMADA 01 46 07 01 88
188, rue du fbg St Martin

11e arrondissement

AKIRA 01 40 21 08 53
6, av. de la République

FUJIWARA 01 47 00 42 50
21, rue de la Roquette

KIMONO 01 49 23 44 85
115, rue St Maur

KINNOSUZU 01 48 05 10 32
19, rue de la Roquette

NAOKI 01 43 57 68 68
5 rue Guillaume Bertrand

SAKURA 01 43 38 74 92
46, rue de la Roquette

SUKIYAKI 01 49 23 04 98
12, rue de la Roquette

SUSHI 11 01 43 55 29 88
42, rue du Fg. du Temple

TAKAHO 01 47 00 41 18
47 Bd. Richard Lenoir

TOYAMA 01 43 56 15 11
109 bd de Charonne

YAKIDAI 01 40 21 62 33
41, rue de la Roquette

YAMAZEN 01 43 48 85 37
15 rue Léon Frot

YAPANI SUSHI
56 rue Richard Lenoir

12e arrondissement

GINZA 01 43 46 61 96
1, rue Corbineau

HAYASHI 01 43 45 88 78
20 cours de Vincennes

IZAKAYA 01 46 28 93 88
59 rue de Lyon

KOCHIYAKI 01 43 41 59 64
3, rue Erard

MAKOTO 01 44 68 63 50
39 cour St-Emilion

MIKACHI 01 43 40 39 31
92 cours de Vincennes

NAGASAKI 01 43 48 66 05
216, rue du Faubourg St Antoine

ROBATA 01 43 07 68 79
96, rue Claude Decaen

SAMOURAI 01 43 07 52 30
12, rue Emilio Castelar

SUSHI PARADISE 01 43 40 00 00
39, rue de Reuilly

SUSHI ZEN 01 43 41 83 34
139, rue de Charenton

13e arrondissement

DELICE SUSHI 01 47 07 03 33
69, rue Broca

ISHIKAWA 01 53 79 12 76
45 rue Albert

JAPONIKA 01 45 86 86 83
8, avenue de Choisy

MAKI SUSHI TOKYO 01 45 84 54 41
44, rue de Tolbiac

MIKADO 01 45 86 59 79
125, Rue de Tolbiac

SAMOURAI 01 45 82 88 88
42, avenue de la Porte d'Ivry

TEKKABA 01 40 77 10 08
73 Bvd Vincent Auriol

TOKYO OSAKA 01 44 24 38 48
207, avenue de Choisy

14e arrondissement

FUJIYAKI 01 43 27 51 18
63 rue Daguerre

GINZA 14 01 43 20 43 54
50 rue Daguerre

HASHIMOTO 01 45 43 70 56
46, rue Didot

HOSHI 01 43 27 16 21
11, rue de la Gaîté

MIMOSA 01 43 21 96 12
9, rue de la Gaité

SUSHITORA 01 45 42 79 76
113, rue Didot

SUSHI GOZEN 01 40 47 55 01
20 rue Delambre

SUSHI MAP 01 43 35 55 65
53 rue du Montparnasse

TORICHO 01 43 21 29 97
47, rue du Montparnasse

TOYAMA 01 40 44 00 87
147, av. du Maine

YAKITORI MONTPARNASSE 01 43 21 69 51
64 rue du Montparnasse

15e arrondissement

ARITO MONTPARNASSE 01 42 22 01 00
20, rue de l'Arrivée

BARBECUE KOBE 01 45 77 20 82
55, rue du Théâtre

BENKAY 01 40 58 21 26
61 quai de Grenelle

FUJIYAMA MONTPARNASSE 01 45 38 98 18
37, avenue du Maine

JAPAN SUSHI EXPRESS 01 45 67 00 01
145, rue de Vaugirard

KAISEKI SUSHI 01 45 54 48 60
7 bis, rue André Lefebre

KOKUMI 01 47 83 21 97
121, rue de Vaugirard

KOYUKI 01 45 32 67 56
20, rue Gramme

LÉGENDE DU JAPON 01 40 60 14 11
166 rue Saint-Charles

NIPPON SUSHI 01 48 28 35 28
2, rue Leriche

OKAYAMA 01 45 78 80 01
17, rue de Lourmel

OSAKA VOUILLE 01 45 31 35 28
40, rue de Vouillé

SANMARU SUSHI 01 45 75 20 00
26 rue Tiphaine

SUSHI BENTO 01 40 60 78 31
168 rue Saint-Charles

TAGAWA 01 45 75 93 21
37 bis, rue Rouelle

TAKI 01 45 79 42 28
54, rue du Docteur Finlay

TOKYO SUSHI 01 45 71 08 96
28, rue Lacordaire

BENKAY 01 40 58 21 25
61, quai de Grenelle

TOMOKAZU 01 45 38 72 82
69, bd Vaugirard

16e arrondissement

AKASAKA 01 42 88 77 86
9, Rue Nicolo

BE ZEN 01 56 26 00 55
9, rue Gustave Courbet

COMME DES POISSONS 01 45 20 70 37
24, rue de la Tour

DOMO 01 46 47 47 77
7 rue Gros

GO SUSHI 01 45 25 41 03
38, rue Ranelagh

MATSURI 01 42 24 96 85
2, rue de Passy

MIYAGAWA 01 45 27 01 83
11 bis av. de Versailles

NINA SUSHI 01 44 05 10 98
81, rue de Longchamps

OKYOTO 01 46 51 20 84
10, rue Chanez

PLANET SUSHI 01 45 20 10 10
29, rue Bois le Vent

SUSHI WEST 01 45 05 50 00
12, rue de Longchamps

TAIYOO 01 45 25 60 29
1 rue Jouvenet

TAMPOPO 01 47 27 74 52
66, rue Lauriston

17e arrondissement

AYAME 01 42 27 98 00
10, rue Rennequin

CINÉSUSHI 01 40 08 08 78
15 rue des fermiers

FAUCHER 01 42 27 61 50
123 av. de Wagram

FUJI SAN 01 55 30 04 03
45 rue des Batignolles

ISUMO 01 47 64 36 27
47/51, rue des Acacias

KANNO 01 42 27 80 63
6, rue Saussier Leroy

KIFUNE 01 45 72 11 19
44, rue Saint Ferdinand

MAKO 01 44 09 89 63
19 av. Mac Mahon

MISSADA 01 46 22 11 77
45, rue Laugier

MIYAKO SUSHI 01 44 85 53 00
103, rue Legendre

NAGANO 01 48 88 90 53
117, rue de Tocqueville

NAKAMURA 01 40 55 96 72
25, rue Brey

NAOKO 01 42 54 37 07
11, rue Biot

SHINANO 01 45 72 60 76
9, rue Belidor

SHOGUN SUSHI 01 43 80 72 88
139, rue Cardinet

SUSHI AVENUE 01 48 88 04 33
117, avenue de Villiers

SUSHI BA 01 42 93 11 30
99 rue des Dames

SUSHI KEN 01 45 74 41 02
12 rue des Acacias

SUSHI NAMI 01 42 27 14 22
38, rue Laugier

SUSHI OR 01 46 22 10 11
24 rue Saussier Leroy

SUSHI WADA 01 44 09 79 19
19, rue de l'Arc de Triomphe

SUSHI WEST 01 42 27 50 00
1, rue Jouffroy d'Abans

SUSHI YAKITORI 01 48 96 97 98
115, rue Legendre

TAKAMATSU 01 42 94 81 88
39, rue des Dames

TIB'S 01 45 72 03 59
51 rue Bayen

YAMAGAWA 01 43 80 17 77
70 rue Pierre Demours

YAMATO 01 43 87 67 38
16, bd des Batignolles

ZENZAN 01 53 81 00 75
4, rue Brey

18e arrondissement

ASUKA 01 42 55 50 91
145, rue Marcadet

FUGU 01 42 23 11 11
112, rue Lamarck

JUN KOU KO 01 42 58 80 30
79 rue des Martyrs

KEIKO 01 46 06 41 23
145 rue Ordener

KINTARO 01 42 57 27 97
106 bd. Rochechouart

NAOKO 01 53 41 64 33
3, rue des Abbesses

SAKURA 01 42 26 08 61
143, rue Lamarck

SUSHI AKASHI 01 44 90 05 68
5 rue Forest

TAKA 01 42 23 74 16
1 rue Véron

TAKASAKI 01 53 28 08 35
46 bd de Clichy

19e arrondissement

ARIGATO 01 42 38 96 76
47, rue de Belleville

CACHER DELIGHT 01 42 08 00 00
15 rue Henri Ribière

NAKAGAWA 01 42 08 43 22
9 rue Lassus

PRÊT À CUIRE 01 42 40 66 63
7 rue des Fêtes

SUSHI YA 01 42 02 85 82
12, rue Pradier

TIB'S 01 42 45 00 45
161 rue Manin

20earrondissement

ASAHI 01 43 58 78 27
36 rue de Belleville

JAPON SAKANAYA 01 44 62 73 61
351 rue des Pyrénées

NEW DELICE 01 42 41 28 99
153 rue de Belleville

SAPPORO 01 43 73 88 70
152 bd de Charonne

TAKICHI 01 47 97 03 96
7, rue du Cher

PROVINCE

AIX EN PROVENCE

NIJI EXPRESS 04 42 26 14 74
51 Rue d' Italie

YAMATO 04 42 38 00 20
4, rue Lieutaud

YOJI 04 42 38 48 76
7, av. Victor Hugo

SUSHIKA 04 42 27 59 91
23 rue de la Couronne

ANNECY

O SUSHI 04 50 45 81 62
2 rue Louis Revon

BIDART

YUME 05 59 22 01 02
Maison Irino Borda

BORDEAUX

CAFE JAPONAIS 05 56 48 68 68
22, rue St Siméon

LE KIMONO 05 56 79 23 30
22 rue Ferdinand Philippart

SUSHI LOUNGE 05 56 81 59 48
31 rue du Cancera

CAEN

MIKA MAKI 02 31 93 32 21
2 rue des Chanoines

MIYAKO 02 31 34 77 83
13, rue St Michel

CANNES

FUJI CANNES 04 93 39 00 31
17, rue Notre Dame

SUSHIKAN 04 93 39 86 13
5 RUE FLORIAN

TOKYO CANNES 04 93 68 92 21
1, bd Victor Tuby

CHALLANS

OBJECTIF ZEN 02 51 93 28 76
11 place Aristide Briand

CHAMBERY

YAMAMO 04 79 60 07 57
87, rue Ste Rose

CHARTRES

SHOGUN 02 37 36 07 19
8, rue Dr Michel Gibert

CLERMONT FERRAND

SANTOOKA 04 73 39 51 22
13 Rue Saint Dominique

GRENOBLE

SAPPORO 04 76 85 02 45
64, cours Jean Jaures

TOKYO 04 76 47 83 65
1, rue du Clot Bey

LE HAVRE

LE PETIT TOKYO 04 76 47 83 65
1 rue Clot Bey

LILLE

JOMON 03 28 36 84 46
4 rue de la Rapine

LYON

GOMAN ETSU 04 78 39 31 91
11 rue Lanterne

MATSURI 04 78 27 83 06
7 rue de la Fromagerie

NOBORU 04 78 42 35 79
28 rue Henri Germain

SOLEIL LEVANT 04 78 95 04 37
204 rue Garibaldi

SUSHIDO 04 78 52 70 35
169 rue Cuvier

SUSHI KING 04 78 71 04 43
Centre commercial de Lyon Part-Dieu

SUSHI TORI GRILL 04 78 00 00 07
255 av. Berthelot

TEPPANYAKI 04 72 56 05 05
11 quai Romain Rolland

CHEZ TERRA 04 78 89 05 04
81 rue Du Guesclin

MARSEILLE

KIM DO 04 91 34 00 08
4 rue Capazza

LA VILLA 04 91 71 21 11
113 rue Jean Mermoz

SHABU SHABU 04 91 54 15 00
30 rue de la Paix

SUSHI MOTO 04 91 78 29 71
50 bd Baille

SUSHI STREET CAFÉ 04 91 54 17 90
24 bd Notre-Dame

ZEN PRADO 04 91 53 00 09
60 av. du Prado

METZ

OSAKA METZ 03 87 36 68 90
32 bis rue Dupond des Loges

◎ MONACO

CAPOSUSHI 00.377.93.25.59.52
6 impasse de la Fontaine

FUJI MONACO 00.377. 93 30 40 11
4 impasse Madonne

MY SUSHI 00.377. 93 30 40 11
2 rue des Orangers

◎ MONTPELLIER

LE SUSHI BAR 04 99 77 06 06
20 rue Bernard Délicieux

SAKURA 04 67 15 14 32
65 av. Samuel Champlain

◎ MULHOUSE

TOKYO MULHOUSE 03 89 54 11 18
102 rue de Bale

◎ NICE

JUN NICE 04 93 85 47 78
47, rue Gioffredo

HOME SUSHI & SASHIMI 04 93 55 37 37
3, rue de Orestis

HOT POT 04 93 82 33 54
6 rue d'Alsace Lorraine

MY SUSHI 04 93 62 16 32
18, cours Saleya

LE ZEN 04 93 82 41 20
27 rue d'Angleterre

◎ NIMES

O SUSHI 06 86 34 82 20
5 rue des petits souliers

◎ ORLEANS

TEI 02 38 53 61 12
64, rue Turcies

◎ QUIMPER

ABALONE SUSHI 02 98 64 38 91
17 Halles St François

◎ RAMATUELLE

NIKKI BEACH 04 94 79 82 04
Route de l'Epi

◎ REIMS

MATSURI SUSHI 03 26 86 10 10
9, rue de Chativesle

TOKYO SARL 03 26 85 93 46
61, place d'Erlon

◎ RENNES

FUJI 02.99.38.12.00
8, rue Derval / Contour de St Germain

◎ ROUEN

SUSHI BAR 02.35.62.53.27
centre commercial de Rouen

◎ SAINT ETIENNE

KYOTO 04 77 21 74 26
8, rue des Martyrs de Vingre

◎ SEIGNOSSE

SUSHI BAR 05 58 43 15 06
45 av. du Penon

◎ SOUSTONS

SUSHI NORI 06.79.53.26.22
22 rue du 8 mai 1945

◎ STRASBOURG

FUJIYAMA 06 19 60 02 12
19 rue des veaux

MIKADO 03 88 21 07 20
11 quai Turckheim

SUSHI 03 88 14 05 13
22 rue du renard Prechant

◎ TOULOUSE

JAPOYAKI 05 61 13 68 69
11, rue d'Austerlitz

KING SUSHI 05 61 11 22 67
4, avenue de Lyon

SHINODE 05 61 21 51 26
17, rue d'Austerlitz

SHUN 05 61 99 39 20
35, rue Bachelier

SUSHI OHISHI 05 61 23 00 26
13 Rue De L'alsace Lorraine

SUSHIYA 05 61 23 17 71
3 place du Peyrou

SUSHI YAKI 05 61 12 00 60
9, rue Ste Ursule

◎ VITTEL

LE COMPTOIR 03 29 08 90 83
294 rue de Verdun

Week-end nippon à

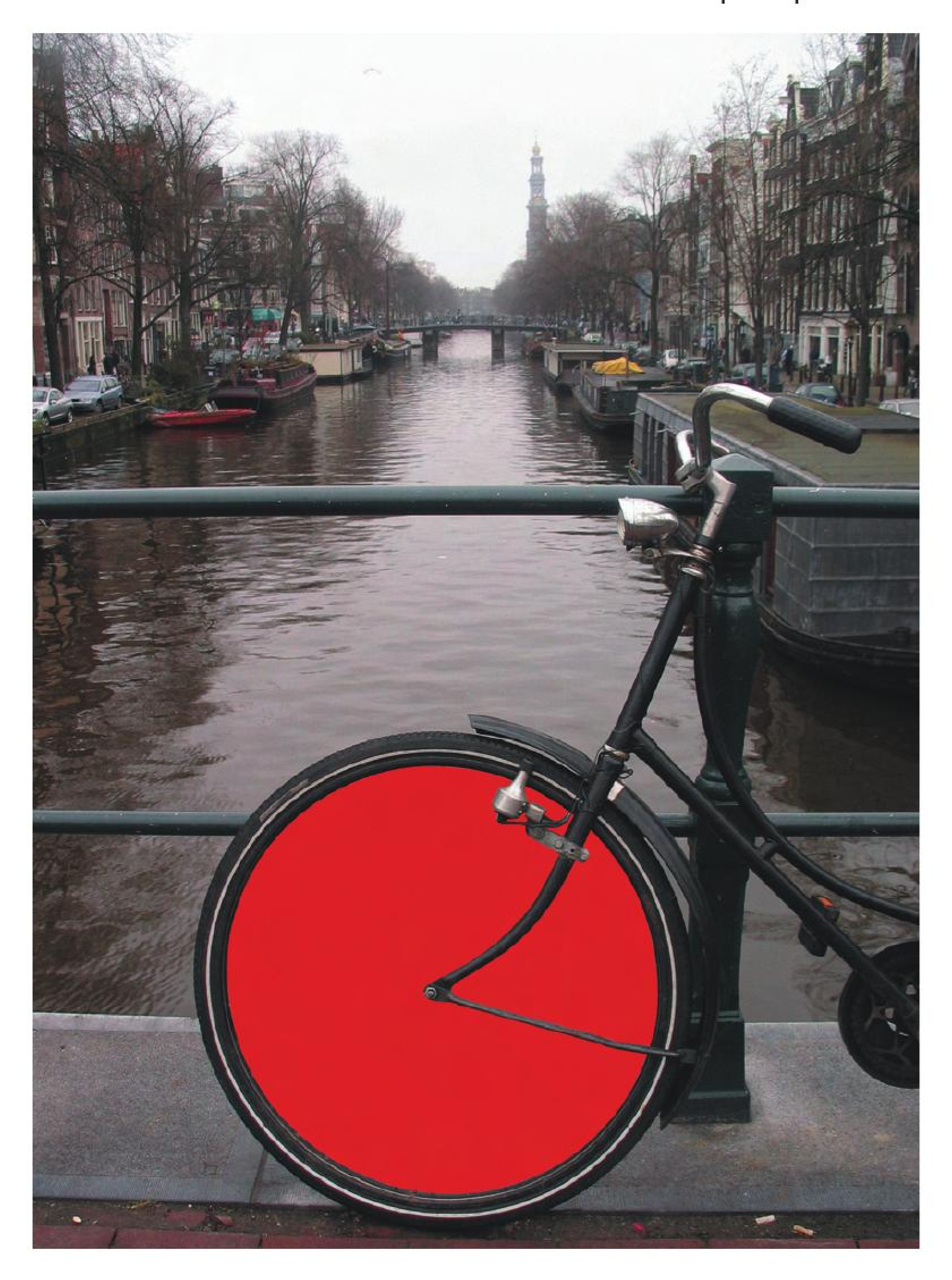


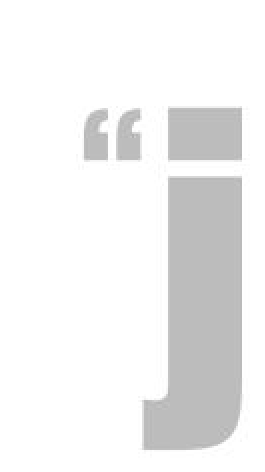
Photo :P. Manasson

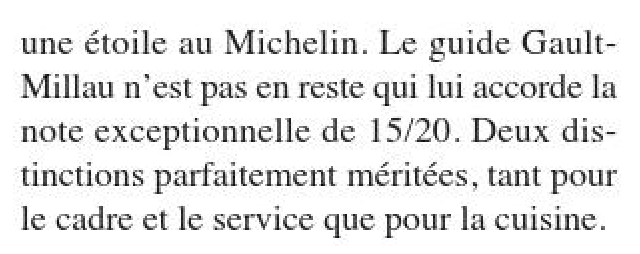
Amsterdam

LA VILLE PORTUAIRE CHÈRE À JACQUES BREL N'ESSAIE PAS DE RIVALISER AVEC PARIS PAR LE NOMBRE DE SUSHI BARS OU DE RESTAURANTS DE BROCHETTES MAIS JOUE LA QUALITÉ ET L'AUTHENTICITÉ AVEC, ENTRE AUTRES, YAMAZATO, LE SEUL JAPONAIS D'EUROPE AYANT OBTENU UNE ÉTOILE AU MICHELIN

L'un des salons traditionnels de Yamazato.

PAR PATRICK **MANASSON**





“J'envie aux Japonais l'extrême netteté qu'ont toutes choses chez eux », écrit Vincent Van Gogh à son frère en 1888. On le sait, le plus célèbre des Hollandais rêvait d'aller au Japon. Mais, faute d'argent, il devra se contenter de la France où, pensait-il, la lumière du midi ressemblait à celle du Pays du soleil levant.

Si l'homme à l'oreille coupée avait trouvé un sponsor pour lui payer le voyage, les musées japonais n'auraient peut-être pas eu à débourser les fortunes qu'ils ont englouties dans les « Tournesols » et autres portraits du docteur Gachet au début des années 80…

Même sans aller au Japon, Van Gogh a peint de nombreuses toiles inspirées par les estampes de maîtres comme Hiroshige et Utamaro (qu'il collectionnait) et qu'on doit absolument aller admirer au musée Van Gogh où elles sont exposées au milieu d'environ 200 toiles du peintre. Il est probable, en revanche, que Van Gogh n'a jamais vu un sushi de sa vie et c'est dommage : il aurait, à coup sûr, également apprécié la « netteté » de cette cuisine nipponne dont son pays est, aujourd'hui, l'une des plus belles vitrines en Occident.

Le restaurant Yamazato est en effet le seul restaurant japonais traditionnel d'Europe à avoir obtenu (et conservé depuis 3 ans) une étoile au Michelin. Le guide Gault-Millau n'est pas en reste qui lui accorde la note exceptionnelle de 15/20. Deux distinctions parfaitement méritées, tant pour le cadre et le service que pour la cuisine.

◎ KYOTO À DEUX HEURES DE PARIS !

Une jeune femme en kimono vous accompagne à votre table que vous aurez demandée - précisez-le au moment de réserver - près du jardin : un vrai jardin japonais avec plan d'eau et carpes multicolores ! Le restaurant se compose de plusieurs salons discrets, entièrement en bois. Certains sont des pièces traditionnelles japonaises, avec tatamis, et peuvant être privatisées. Une fois la porte coulissante tirée, on est à Kyoto !

La grande spécialité de Yamazato est d'ailleurs la cuisine kaiseki, originaire de l'ancienne capitale impériale. Une cuisine qui change avec les saisons et incarne, plus que toute autre, l'extrême raffinement de la culture nippone.

Quel que soit le menu qu'on choisisse, un repas chez Yamazato commence toujours par les *zensaï*, petits amuse-bouche précis et colorés qui varient, eux aussi, selon la saison. Lors de notre passage, l'assiette - une œuvre d'art - se composait d'une lamelle de ●●●





Akira Oshima, le chef des chefs, dirige les deux restaurants japonais de l'Okura.

canard à la sauce teriyaki, d'un dé d'anguille délicatement posé sur une boulette de riz vinaigré et d'une feuille d'épinard vert émeraude roulée, parfumée au yuzu. Superbe entrée en matière pour les différentes formules proposées par le chef, M. Oshima, incluant un ou plusieurs classiques comme les tempuras, le shabu-shabu, le bœuf grillé « sansho yaki » ou tout simplement les sushis, d'une impeccable fraîcheur. Les connaisseurs trouveront ici une authenticité de goût (le « vrai » goût japonais) sans aucune fausse note, notamment dans les « petits » plats comme l'aubergine au miso (nasu dengaku) si onctueuse qu'elle fond dans la bouche, ou le sashimi de thon gras (toro) simplement posé sur une feuille de shiso d'un vert électrique. L'association dans une même bouchée, du thon, du shiso et de la sauce de soja relève carrément de l'extase !

SUSHIS OU TEPPANYAKI ?

Yamazato est, avec le restaurant français Ciel bleu, le fleuron de l'hôtel Okura d'Amsterdam conçu, il y a trente ans, sur le modèle de l'Okura de Tokyo (l'hôtel préféré du Président Chirac). Mais on y trouve également un deuxième restaurant japonais remarquable : le Sazanka. Il s'agit cette fois d'un teppanyaki où le cuisinier découpe et cuit devant vous viandes, fruits de mer et légumes sur une plaque chauffante. Les Hollandais apprécient beaucoup le côté ludique du teppanyaki (on s'assied côte à côte avec des inconnus qui, le saké aidant, ne le restent pas longtemps) qu'ils préfèrent à la relative austérité du Yamazato. Mais si vous décidez d'aller passer un week-end nippon à Amsterdam, nous vous conseillons sans hésitation d'essayer les deux !

Vous pourrez d'ailleurs profiter de votre passage à l'Okura pour vous approvisionner en produits japonais en vous rendant au sous-sol de l'hôtel où l'épicerie « Yamafood » est particulièrement bien achalandée. Vous trouverez bien quelques idées de recettes dans les livres de cuisine proposés, quelques mètres plus loin, à la librairie « Japan books » !

Les ressources japonaises d'Amsterdam ne s'arrêtent heureusement pas à l'hôtel Okura (même si ce dernier en concentre une bonne partie) dont le seul défaut est d'être un peu éloigné du centre-ville. Pour rester dans le domaine de la restauration, deux autres adresses sont à retenir : Kushi-Tei, l'antenne hollandaise d'une grande chaîne de yakitori de Tokyo et Yoichi, plus généraliste mais lui aussi, authentiquement japonais. Nous ne les avons pas testés mais plusieurs résidents japonais d'Amsterdam nous les ont chaudement recommandés.

Les « sushi-addicts » (il y en a sûrement quelques uns parmi nos lecteurs !) pourront satisfaire leur gourmandise sans quitter dans le centre d'Amsterdam. Il leur suffira de commander un plateau (à emporter) chez Shinjuku, un épicier-traiteur magnifiquement situé au bord d'un joli canal, ou encore au Japans cultureel centrum, tout près du Dam. Ce centre privé propose en outre des cours de cuisine japonaise (notamment de sushis) et de cérémonie du thé ainsi qu'un choix d'objets d'artisanat du Japon. A éviter : le comptoir tournant de Zushi (sur Amstel) derrière lequel n'officie aucun nippon…

Si vous êtes amateur de cuisine japonaise plus « populaire » comme les soba, udon, chahan, les gyoza ou les différents curry au bœuf et au poulet, faites un petit tour chez Wagamama, un nouveau type de self où l'on avale vite fait, sur de grandes tables façon cantine, une cuisine excellente et pas chère. Né à Londres au début des années 2000, ce concept marche aussi très bien ici et devrait, selon toute vraisemblance, débarquer bientôt à Paris. ■



M. Nonoka, le chef du Sazanka, grille et flambe les Saint-Jacques comme personne.

Bonnes adresses

Hôtel Okura :
Ferdinand Bolstraat 333, 1072 LH. Tél : 020-678 71 11

Shinjuku :
Kloveniersburgwal 30, 1012 CW. Tél. : 020-320 25 83

Japans Cultureel Centrum :
Nieuwezijds Voorburgwal 177, 1012 RK. Tél. : 020-627 95 23

Kushi-Tei :
Scheldestraat 1. Tél. : 020-679 04 39

Wagamama :
Max Euweplein 10, 1017 MB. Tél. : 020-5287778 et Zuidplein 12, 1077 XV. Tél. : 020-620 30 32

Yoichi :
Weteringschans 128. Tél. : 020-622 68 29

D'Edo à Amsterdam

Les amateurs d'antiquités japonaises trouveront certainement leur bonheur dans l'une des trois boutiques que nous avons répertoriées : la première, Van Hier Tot Tokio, se trouve sur Prinsengracht, au bord d'un grand canal et propose sur deux étages une multitude d'objets allant de l'instrument de musique (koto, shaminsen…) au tansu (armoire en forme d'escalier) en passant par toutes sortes de lampes, de statuettes et d'estampes d'époque fin Edo, début Meiji. Le même propriétaire a ouvert une seconde boutique sur Rozengracht, au nord du Dam, où l'on trouve d'autres objets (lanternes, kimonos anciens…). Plus proche du centre, la boutique Kaeruyama est une véritable caverne d'Ali Baba pour nippophiles avec, notamment, de beaux meubles d'époque Edo et des objets d'art traditionnels. Quelques livres d'art (modernes) sont également en vente à l'entrée.

Van Hier Tot Tokio : Prinsengracht 262 (Tél. : 020-428 26 82) et Rozengracht 184 (Tél. : 020-423 45 99)
Kaeruyama : Westermarkt 9e, 1016 DH. (Tél. : 020-622 78 63). www.kaeruyama.nl